**ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΗ Α.Ε**

*ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ*

*ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥΠΟΛΗ ΙΩΑΝΝΙΝ*

***ΤΗΛ. 2651005469 2651005491***

***MENOY***

***ΑΠΟ 07/11/2022 ΕΩΣ 11/11/2022 Τιμή menu :8 ,50 €***

***07/11/2022 ΔΕΥΤΕΡΑ***

***Πρώτο πιάτο:***  *Χορτόπιτα*

* *Μπουκιές Χοιρινού με σάλτσα μουστάρδας και λαχανικά*

*ή*

* *Μελιτζάνες παπουτσάκι*
* *Φέτα ή σαλάτα 3 επιλογές : Φρέσκες σαλάτες (αγγούρι, ντομάτα, μαρούλι, λάχανο καρότο), Βραστά λαχανικά (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) Ρόκα (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο) Αλοιφές (μελιτζανοσαλάτα, ρωσική)*
* *Φρούτο ή γλυκό*

***08/11/2022 ΤΡΙΤΗ***

***Πρώτο πιάτο :*** Κοτόσουπα

* *Λαζάνια με κοτόπουλο και μανιτάρια*

*ή*

* *Μοσχάρι με φασολάκια*

* *Φέτα ή σαλάτα 3 επιλογές : Φρέσκες σαλάτες (αγγούρι, ντομάτα, μαρούλι, λάχανο καρότο), Βραστά λαχανικά (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) Ρόκα (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο) Αλοιφές (μελιτζανοσαλάτα, ρωσική)*
* *Φρούτο ή γλυκό*

***09/11/2022 ΤΕΤΑΡΤΗ***

***Πρώτο πιάτο :***  *Τρουφάκια αλμυρά με τυριά και ξηρούς καρπούς*

* Μπακαλιάρος πλακί

*ή*

* *Κους Κους με όσπρια, αμύγδαλα και ψητές ντομάτες*
* *Φέτα ή σαλάτα3 επιλογές : Φρέσκες σαλάτες (αγγούρι, ντομάτα, μαρούλι,* *λάχανο καρότο), Βραστά λαχανικά (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) Ρόκα (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο) Αλοιφές (μελιτζανοσαλάτα, ρωσική)*
* *Φρούτο ή γλυκό*

***10/11/2022 ΠΕΜΠΤΗ***

***Πρώτο πιάτο :*** Κοτόπιτα

* *Μπιφτέκι γεμιστό με τυρί φέτα και πατάτες φούρνου*

*ή*

* *Ταλιατέλες Ογκραντέν με ζαμπόν και τυρί*

* *Φέτα ή σαλάτα 3 επιλογές : Φρέσκες σαλάτες (αγγούρι, ντομάτα, μαρούλι λάχανο καρότο), Βραστά λαχανικά (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) Ρόκα (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο)* *Αλοιφές (μελιτζανοσαλάτα, ρωσική)*
* *Φρούτο ή γλυκό*

***11/11/2022 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ***

***Πρώτο πιάτο :*** Πατατόσουπα

* *Μελωμένη " Frutti Di Mare" με λιγκουίνι*

*ή*

* *Φαλάφελ με ντιπ ταχινιού (χούμους)*

* *Φέτα ή σαλάτα 3 επιλογές : Φρέσκες σαλάτες (αγγούρι, ντομάτα, μαρούλι λάχανο καρότο), Βραστά λαχανικά (κουνουπίδι, μπρόκολο, χόρτα) Ρόκα (ρόκα, σγουρή σαλάτα, παρμεζάνα με balsamic ή λαδολέμονο) Αλοιφές (μελιτζανοσαλάτα, ρωσική)*
* *Φρούτο ή γλυκό*