

Η ΦΗΓΟΣ

ΤΗΛ. 2651005469 2651005491



ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΗ Α.Ε

ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥΠΟΛΗ ΙΩΑΝΝΙΝ

MENΟΥ

ΑΠΟ 04/09/2023 ΕΩΣ 08/09/2023

Τιμή menu :8,50 €

04/09/2023 ΔΕΥΤΕΡΑ

Πρώτο πιάτο: Κολοκυθοκεφτέδες με ντιπ γιαουρτιού

- Μελιτζάνες παπουτσάκια (με κιμά & μπεσαμέλ)
ή
- Χοιρινή τηγανιά με ρύζι basmati, έγχρωμες πιπεριές & λεμονάτη σάλτσα
 - Παστίτσιο λαχανικών μεμανιτάρια
 - 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

05/09/2023 ΤΡΙΤΗ

Πρώτο πιάτο : Πατατοκροκέτες με fresh sauce

- Κανελόνια με κιμά
ή
- Μοσχαράκι Στρογγανόφ με πατάτες
ή
- Σπανακόρυζο
- 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

06/09/2023 ΤΕΤΑΡΤΗ

Πρώτο πιάτο : Πιπεριές κέρατο γεμιστές με τυρί φέτα

- Κοτόπουλο “Κατσατόρε” με σπαγγετίνι
ή
- Κολοκυθάκια γεμιστά με κιμά αυγολέμονο
ή
- Μελιτζάνες Ιμάμ
 - **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**

07/09/2023 ΠΕΜΠΤΗ

Πρώτο πιάτο : Μίνι πίτσα με λαχανικά, τυρί και μανιτάρια

- Κοντοσούβλι κοτόπουλο με πατάτες baby & καραμελωμένα κρεμμύδια
ή
- Μπιφτεκάκια σχάρας με σάλτσα τυριών & πουρέ μελιτζάνας
ή
- Ριζότο θαλασσινών
 - **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

08/09/2023 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

Πρώτο πιάτο : Μπατσαριά με ντιπ γιαουρτιού

- Ντοματοπιπεριές γεμιστές με κιμά, ρύζι και πατάτες φούρνου
ή
- Μπακαλιάρος φιλέτο τηγανητός με σκορδαλιά
ή
- Πένες με λιαστές τομάτες, μανιτάρια και σάλτσα βασιλικού

- 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