**ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΗ Α.Ε**

Η ΦΗΓΟΣ

*ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ*

 *ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥΠΟΛΗ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ*

***ΤΗΛ. 2651005491, 2651005469***

***MENOY***

***ΑΠΟ 20/11/2023 ΕΩΣ 24/11/2023 Τιμή menu :8 ,50 €***

 ***20/11/2023 ΔΕΥΤΕΡΑ***

***Πρώτο πιάτο :*** *Πρασοκιμαδόπιτα*

* *Χοιρινή τηγανιά με λεμονάτη σάλτσα & ρύζι basmati με έγχρωμες πιπεριές*

*ή*

* *Μελιτζάνες "Παπουτσάκια" με πατάτες φούρνου*
* *ή*
* *Μπάμιες στο φούρνο με ντομάτα, δυόσμο & φέτα*
* *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*

***21/11/2023 ΤΡΙΤΗ***

***Πρώτο πιάτο :***  *Φωλιά σφολιάτας με κρέμα τυριού, μπέικον & ντοματίνια*

* *Μοσχαράκι "Στρογκανόφ" με ρύζι*

*ή*

* *Λαζάνια με κοτόπουλο & σπανάκι*

 *ή*

* *Κολοκυθάκια στο φούρνο με ρύζι & λιωμένη παρμεζάνα*

* *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*

***22/11/2023 ΤΕΤΑΡΤΗ***

* ***Πρώτο πιάτο :***  *Αλμυρό γαλακτομπούρεκο με γραβιέρα & καπνιστό χοιρινό*
* *Μπιφτέκια με σάλτσα τυριών & πουρέ από φρέσκιες πατάτες*

*ή*

* *Κροκέτες παστού μπακαλιάρου με σκορδαλιά ή με τηγανητές πατάτες*

*ή*

* *Κριθαρότο 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*

***23/11/2023 ΠΕΜΠΤΗ***

***Πρώτο πιάτο :*** Τυρόπιτα "Χωριάτικη"

* *Παϊδάκια κοτόπουλο με πατάτες baby σε σάλτσα μελιού & μουστάρδας*

*ή*

* *Σεφταλιά σε κυπριακή πίτα με ντομάτα & τηγανητές πατάτες*
* *ή*
* *Πιτσάκια μελιτζάνας με μοτσαρέλα , γκούντα , σάλτσα ντομάτας*
* *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*

***24/11/2023 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ***

***Πρώτο πιάτο :***  *Καροτόσουπα με τζίντζερ*

* *Φιλέτο πέστροφας στο φούρνο με σκορδοβούτηρο & κασίους*
* *ή*
* *Κοτόπουλο φιλέτο με κρασάτη σάλτσα & σπαγγέτι*
* *ή*
* *Γίγαντες με χόρτα*
* *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*