

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2018

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

				1	2	3	4
				Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο			Κοτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Σούπα λαχανικών
	Κυρίως πιάτο			Παστίσιο	Φασολάκια	Αρνάκι λεμονάτο με πιλάφι	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι
				ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά			Κοτόπουλο ψητό με ζυμαρικά	Αρακάς ανάμικτος	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πουρέ	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι
	Ειδικό πιάτο*			Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα	Ρώσικη σαλάτα
			Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο			Μανιταρόσουπα	Χορτόσουπα	Σούπα του σέφ	Σούπα λαχανικών
	Κυρίως πιάτο			Αγκινάρες αλά πολιτά	Καλαμαράκια κρασάτα με ρύζι	Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο
				ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά			Λαχανόρυζο	Μακαρόνια ναπολιτέν	Μακαρόνια ογκραντεν	Μπιφτέκι με πουρέ
	Ειδικό πιάτο*			Τυρί	Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα
			Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	

*αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-09.30 - ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ:18.00-21.00

2 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		5	6	7	8	9	10	11
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Μινεστρόνε	Σούπα του σέφ	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Μινεστρόνε	Κοτόσουπα
		Φασολάδα	Μακαρονάκι κοφτό με κιμά	Γίγαντες πλακί	Χοιρινό ριγανάτο με ρύζι	Σαρδέλα ψητή με πατάτες φούρνου	Μπιφτέκι με πιλάφι	Παστίτσιο
	Κυρίως πιάτο	ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
		Φακές	Σουτζουκάκια σχάρας με πιλάφι	Ρεβίθια σούπα	Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	Γαλέος με σκορδαλιά	Σουτζουκάκια με κριθαράκι	Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι
	Συνοδευτικά	Τυρί - Ελιές	Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα	Σαλάτα	Σαλάτα	Σαλάτα
	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	
	Ειδικό πιάτο*							
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα λαχανικών	Πουρές μπέικον	Ριζότο	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα	Κους-Κους με μανιτάρια	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Μακαρόνια ογκραντεν	Λαχανόρουζο	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Γεμιστά με κιμά	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Αγκινάρες αλά πολιτά	Γεμιστά λαδερά
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
		Πένες καρμπονάρα	Φασολάκια λάδερα	Ομελέτα σπέσιαλ	Καλαμαράκια κρασάτα με ρύζι	Σπαγγέτι θαλασσινών	Σπανακόρουζο	Μπριάμ
	Συνοδευτικά	Σαλάτα	Τυρί	Τυρί	Σαλάτα	Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα
	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Κρέμα	
	Ειδικό πιάτο*							

*αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30 - ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00

3 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		12	13	14	15	16	17	18
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Πίκλες	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα του σέφ	Πουρές με λαχανικά
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια	Πασίτσιο	Φασολάδα	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι	Βακαλάος με σκορδαλιά	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κριθαράκι	Μακαρόνια με κιμά
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Αρακάς ανάμικτος	Σουτζουκάκια σχάρας με πουρέ	Φακές	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι	Σαρδέλα ψητή με πατάτες	Μπριζόλα χοιρινή με κοφτό μακαρονάκι	Μπιφτέκι με πατάτες φούρνου	
Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί - Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Ρυζόγαλο	Μελιτζανοσαλάτα Φρούτο	
Ειδικό πιάτο*								
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Πουρές με μπέικον	Σούπα ζυμαρικών	Μανιταρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Σουφλέ ζυμαρικών	Λαχανόρυζο	Γεμιστά λαδερά	Αγκινάρες αλά πολιτά	Μπιφτέκι με λαχανικά	Λουκάνικα ψητά με πουρέ	Ομελέτα με πατάτες και μπέικον
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Μακαρόνια ναπολιτέν	Ριζότο λαχανικών	Μπριάμ	Σπανακόρυζο	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά πουρέ	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι	Μακαρόνια ογκραντεν	
Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Γιαούρτι Φρούτο	Τυρί Κρέμα	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κομπόστα	Τυρί Φρούτο	
Ειδικό πιάτο*								

*αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30 - ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ:18.00-21.00

4 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		19	20	21	22	23	24	25
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πουρές μπέικον	Σούπα λαχανικών	Πίκλες	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Μινεστρόνε
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια	Σουτζουκάκια με κριθαράκι	Φασολάδα	Κοτόπουλο ψητό με ζυμαρικά	Σαρδέλα ψητή με πατάτες φούρνου	Μοσχάρι γιουβέτσι	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ ή
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά	Αρακάς ανάμικτος	Χοιρινό λεμονάτο με πουρέ	Φακές	Μακαρόνια με κιμά	Γαλέος με σκορδαλιά	Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι	Μπιφτέκι με ρύζι και σάλτσα μανιταριών
		Τυρί	Σαλάτα	Τυρί-Ελιές	Σαλάτα	Σαλάτα	Μελιτζανοσαλάτα	Σαλάτα
Ειδικό πιάτο*	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Γλυκό	
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Χορτόσουπα	Μανιταρόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Πουρές με μπέικον	Σούπα του σέφ	Κοτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Ρυζότο με θαλασσινά	Αγκινάρες αλά πολίτα	Καλαμαράκια με ρύζι	Λαχανόρουζο	Σουτζουκάκια με ρυζότο	Λουκάνικα χωριάτικα με πουρέ	Ομελέτα με πατάτες και μπέικον ή
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Σπανακόρουζο	Πέννες με λαχανικά	Φασολάκια λάδερρα	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πουρέ	Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	Μακαρόνια ογκραντεν
		Τυρί	Τυρί	Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα	Σαλάτα	Τυρί
Ειδικό πιάτο*	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Κρέμα σοκολάτα	Φρούτο	Φρούτο	

*αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30 - ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00

5 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		26	27	28	29	30		
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή		
Γ Ε Υ Μ Α	Κυρίως πιάτο	Σούπα λαχανικών	Μινεστρόνε	Πίκλες	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα		
		Φασολάκια	Παστίσιο	Φασολάδα	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι	Σαρδέλα ψητή με πατάτες φούρνου		
		ή	ή	ή	ή	ή		
		Αρακάς ανάμικτος	Σουτζουκάκια με κριθαράκι	Φακές	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι	Γαλέος με σκορδαλιά		
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο		
	Ειδικό πιάτο*							
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Χορτόσουπα	Μανιταρόσουπα	Πουρές λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα		
	Κυρίως πιάτο	Μακαρόνια ναπολιτέν	Σπανακόρυζο	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι	Αγκινάρες αλά πολιτά	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον		
		ή	ή	ή	ή	ή		
		Μπριάμ	Ριζότο λαχανικών	Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Λαχανόρυζο	Σπαγγέτι θαλασσινών		
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Γιαούρτι Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο		
	Ειδικό πιάτο*							

*αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30 - ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ:18.00-21.00