

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ 1 - 28 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2019

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	1/2 Παρασκευή	2/2 Σάββατο	3/2 Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο					Πουρές με μπέικον	Κοτόσουπα	Μανιταρόσουπα
	Κυρίως πιάτο					Γίγαντες με χόρτα	Μακαρόνια με κιμά	Μπριζόλα χοιρινή κρασάτη με πιλάφι
						ή	ή	ή
	Συνοδευτικά					Φασολάκια λαδερά με πατάτες	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι	Αρνί ψητό με πατάτες
	Ειδικό πιάτο*					Τυρί	Σαλάτα	Κίτρινο τυρί
						Γλυκό	Φρούτο	Ρώσικη Φρούτο
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο					Σούπα του Σεφ	Σπανακόπιτα	Σούπα λαχανικών
	Κυρίως πιάτο					Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι	Αγκινάρες αλά πολίτα	Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών
						ή	ή	ή
	Συνοδευτικά					Σπαγγέτι με κρέμα γάλακτος & μανιτάρια	Αρακάς ανάμικτος	Ομελέτα σπέσιαλ
	Ειδικό πιάτο*					Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα
						Φρούτο	Φρούτο	Γιαούρτι

*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

2 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		4/2	5/2	6/2	7/2	8/2	9/2	10/2
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή		
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σούπα ζυμαρικών	Κοτόσουπα	Πίκλες	Χορτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια λαδερά με πατάτες	Μακαρόνια με κιμά	Φασολάδα	Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι	Βακαλάος φιλέτο με ρύζι	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πιλάφι
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
		Αρακάς ανάμικτος	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι	Φακές	Σουτζουκάκια με πουρέ	Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου	Παστίσιο	Μπιφτέκι με πουρέ λαχανικών
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γαλοτύρι Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο
Ειδικό πιάτο*								
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές λαχανικών	Λαχανικά τουρλού	Μινεστρόνε	Τραχανάς	Πουρές με μπέικον	Σούπα ζυμαρικών	Μανιταρόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά & μπέικον	Ομελέτα σπέσιαλ	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Ογκραντέν λαχανικών	Καλαμαράκια με ρύζι	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πουρέ	Ψαροκροκέτες με πλιγούρι
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
		Πέννες πριμαβέρα	Ριζότο θαλασσινών	Κεφτεδάκια με κριθαράκι	Σπανακόρυζο	Μακαρόνια καρμπονάρα	Σνίτσελ κοτόπουλο με ριζότο	Μακαρόνια ογκραντέν
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Κρέμα σοκολάτα	Τυρί Σαλάτα	Σαλάτα Ζελέ	Τυρί Κομπόστα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γιαούρτη	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

3 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		11/2	12/2	13/2	14/2	15/2	16/2	17/2
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα του σεφ	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Μινεστρόνε	Χορτόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φασόλια φούρνου	Μακαρόνια με κιμά	Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου	Πασίτσιο	Φασόλια γίγαντες	Μουσακάς	Μπριζόλα με πουρέ
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
		Φακές	Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι	Γαλέος φέτα με σκορδαλιά	Χοιρινό ριγανάτο με πουρέ	Αρακάς ανάμικτος	Μπιφτέκι κοτόπουλο με σάλτσα μουστάρδας	Κοτόπουλο με κάρυ και ρύζι
	Συνοδευτικά	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό	Ρώσικη Φρούτο
	Ειδικό πιάτο*							
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Σούπα ζυμαρικών	Σούπα του σεφ	Πουρές με μπέικον	Σούπα του σεφ	Πουρές λαχανικών	Μανιταρόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με κριθαράκι	Αγκινάρες αλά πολίτα	Ριζότο με θαλασσινά	Λαχανόρυζο	Μπιφτέκι με ριζότο	Μακαρόνια ογκραντέν	Ομελέτα σπέσιαλ
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
		Λουκάνικο χωριάτικο με πουρέ	Σπανακόρυζο	Μακαρόνια ναπολιτέν με τυρί	Φασολάκια λαδερά	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κριθαράκι	Κριθαρότο θαλασσινών	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Κρέμα	Τυρί Φρούτο	Τυρί Κομπόστα	Σαλάτα Φρούτο Γιαούρτη	Σαλάτα 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

4 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		18/2	19/2	20/2	21/2	22/2	23/2	24/2
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Τραχανάς	Χορτόσουπα	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα	Κοτόπουλο σνίτσελ με κριθαράκι	Σαρδέλα φιλέτο με πατάτες φούρνου	Παστίτσιο	Φασολάκια	Μακαρόνια με κιμά	Χοιρινό μπεκρή - μεζέ με πιλάφι
		ή Φακές	ή Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι	ή Φιλέτο μπακαλιάρου με σκορδαλιά	ή Σουτζουκάκια σχάρας με πουρέ	ή Αρακάς ανάμικτος	ή Μπιφτέκι με κριθαράκι	ή Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι
	Συνοδευτικά	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Γραβιέρα Ρώσικη Φρούτο	Τζατζίκι Σαλάτα Γλυκό
Ειδικό πιάτο*								
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές λαχανικών	Σούπα του Σεφ	Σούπα ζυμαρικών	Πουρές λαχανικών	Μανιταρόσουπα	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ
	Κυρίως πιάτο	Ρυζότο θαλασσινίων	Λαχανικά Τουρλού	Σπανακόρυζο	Κριθαρότο θαλασσινίων	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Μακαρόνια με σάλτσα Πέστο	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πουρέ
		ή Πέννες με λαχανικά	ή Μακαρόνια φούρνου με ντομάτα & τυρί	ή Ομελέτα σπέσιαλ	ή Σουφλέ πατάτας, τυριά & αλλαντικά	ή Κεφτεδάκια κοκκινιστά με ρύζι	ή Ριζότο με ζαμπόν & μπέικον	ή Κοφτό μακαρονάκι με κιμά
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Κομπόστα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γιαούρτι	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

5 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		25/2	26/2	27/2	28/2				
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη				
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα του σεφ	Πουρές με μπέικον	Κρεατόσουπα				
	Κυρίως πιάτο	Ρεβίθια σούπα	Μακαρόνια με κιμά	Φασολάκια	Παστίσιο				
		ή	ή	ή	ή				
	Συνοδευτικά	Φακές	Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πιλάφι	Αρακάς ανάμικτος	Χοιρινό ριγανάτο με πουρέ				
Ειδικό πιάτο*	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο					
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Μανιταρόσουπα	Μινεστρόνε				
	Κυρίως πιάτο	Λαχανικά τουρλού	Αγκινάρες αλά πολίτα	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά & μπέικον				
		ή	ή	ή	ή				
	Συνοδευτικά	Μακαρόνια καρμπονάρα	Σπανακόρυζο	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κριθαράκι	Πέννεςτριμαβέρα				
Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο	Τυρί Κρέμα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κρέμα σοκολάτα					

- 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