

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2020

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

1

							Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο						Σπανακόπιτα
	Κυρίως πιάτο						Χοιρινό λεμονάτο με πουρέ ή Αρνάκι κοκκινιστό με κριθαράκι
	Συνοδευτικά						Ρωσική σαλάτα Γλυκό
	Ειδικό πιάτο*						
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο						Ζυμαρόπιτα
	Κυρίως πιάτο						Γιουβαρλάκια αυγολέμονο ή Μπιφτέκι σχάρας με πλιγούρι & σως μουστάρδας
	Συνοδευτικά						Σαλάτα
	Ειδικό πιάτο*						Φρούτο

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

ΠΡΩΪΝΟ: 08:00-09:00 - ΓΕΥΜΑ: 12:00-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ:18.00-20:00

2 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		2	3	4	5	6	7	8
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Μακαρονάκι κοφτό με σάλτσα "Ναπολιτέν"	Μινεστρόνε Σπαγγέτι με κιμά	Ριζότο με αλλαντικά και λουκάνικο Γίγαντες πλακί	Κοτόσουπα Χοιρινό ριγανάτο με ρύζι	Ψαρόσουπα Σαρδέλα ψητή με ανάμικτα λαχανικά	Μινεστρόνε Μπιφτέκι με πουρέ & λεμονάτη σάλτσα	Τυρόπιτα Παστίσιο
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα ή Φακές	ή Σουτζουκάκια σχάρας & πιλάφι με λεμονάτη σάλτσα πιλάφι	ή Ρεβίθια σούπα	ή Κοτόπουλο σνίτσελ με κοχυλάκι	ή Γαλέος με σκορδαλιά	ή Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κοραλάκι	ή Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι
	Συνοδευτικά	Τυρί - Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό	Σαλάτα Φρούτο
	Ειδικό πιάτο*							
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Ζυμαρόπιτα με τυρί Σπετσοφαί	Πουρές μπέικον Ιμάμ Μπαϊλντί με πατάτες φούρνου	Ανάμικτα λαχανικά Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Σούπα ζυμαρικών Γεμιστά με κιμά	Τραχανάς Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Μανιταρόσουπα Αρακάς ανάμικτος	Φάβα Τορτελίνια με τυριά ογκραντέν
	Κυρίως πιάτο	ή Πένες "Καρμπονάρα"	ή Φασολάκια λάδερα με πατάτες	ή Ομελέτα σπέσιαλ	ή Λουκάνικα Φρανκφούρτης Πουρέ & σάλτσα μουστάρδας	ή Σπαγγέτι με θαλασσινά	ή Σπανακόρυζο	ή Μπριάμ
	Συνοδευτικά	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Κρέμα
	Ειδικό πιάτο*							

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

ΠΡΩΪΝΟ: 08:00-09:00 - ΓΕΥΜΑ: 12:00-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ:18.00-20:00

3 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		9	10	11	12	13	14	15
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Σπανακόπιτα	Μινεστρόνε	Μακαρονάκι κοφτό με σάλτσα "Ναπολιτάνο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα του σέφ	Πουρές με λαχανικά
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια λάδερα με πατάτες	Παστίσιο	Φασολάδα	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι	Βακαλάος πανέ με σκορδαλιά	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κριθαράκι	Μακαρόνια με κιμά
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά	Αρακάς ανάμικτος	Σουτζουκάκια σμυρνέικα με πουρέ	Φακές	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι	Πέρκα ψητή με λαχανικά ανάμικτα	Μπριζόλα χοιρινή με κοφτό μακαρονάκι	Μπιφτέκι με πατάτες φούρνου
Τυρί		Σαλάτα	Τυρί - Ελιές	Σαλάτα	Σαλάτα	Σαλάτα	Μελιτζανοσαλάτα	
Ειδικό πιάτο*	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σεφ	Πουρές με μπέικον	Σούπα ζυμαρικών	Μανιταρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Μινεστρόνε	Φάβα
	Κυρίως πιάτο	Σουφλέ ζυμαρικών με λαχανικά	Κους – Κους με μανιτάρια & 1 λουκάνικο Φρανκφούρτης	Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Λαχανικά τουρλού Μελιτζάνες, πατάτες και κολοκυθάκια	Μπιφτέκι σχάρας με ριζότο ή	Λουκάνικα χωριάτικα με σως μουστάρσδας & πουρέ	Μυδοπίλαφο
		ή	ή	ή	ή	ή	ή	ή
	Συνοδευτικά	Κριθαρότο θαλασσινίων	Ριζότο ζαμπόν & μπέικον & 1 λουκάνικο Φρανκφούρτης	Μακαρόνια ογκραντεν	Σπανακόρυζο	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά πουρέ	Γεμιστά με κιμά ή λαδερά	Μπριάμ
Σαλάτα		Τυρί	Τυρί	Τυρί	Σαλάτα	Σαλάτα	Τυρί	
Ειδικό πιάτο*	Φρούτο	Γιαούρτι	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Κομπόστα	Κρέμα σοκολάτα	

4 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		16	17	18	19	20	21	22
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πουρές μπέικον	Σούπα λαχανικών	Μακαρονάκι κοφτό με σάλτσα "Ναπολιτάνο"	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Μινεστρόνε
	Κυρίως πιάτο	Φασολάκια λάδερα με πατάτες	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με κοχυλάκι	Φασολάδα	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι	Σαρδέλα ψητή με πατάτες φούρνου	Μοσχάρι γιουβέτσι	Αρνάκι λεμονάτο με πιλάφι
	Συνοδευτικά	ή Αρακάς ανάμικτος	ή Χοιρινό λεμονάτο με πουρέ	ή Φακές	ή Μακαρόνια με κιμά	ή Πέρκα ψητή με λαχανικά ανάμικτα	ή Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι	ή Μπιφτέκι κοτόπουλο με ρύζι σάλτσα μανιταριών
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Μελιτζανοσαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Χορτόσουπα	Μανιταρόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Πουρές με μπέικον	Σούπα του σέφ	Κοτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Πένες καρμπονάρα	Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Καλαμαράκια κρασάτα με ρύζι	Σουφλέ λαχανικών	Λουκάνικα χωριάτικα με πουρέ	Μπιφτέκι σχάρας με πατάτες φούρνου	Ρυζότο με θαλασσινά
	Συνοδευτικά	ή Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	ή Σπανακόρυζο	ή Χταπόδι με κοφτό μακαρόνι	ή Φασολάκια λάδερα	ή Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πουρέ	ή Κοτόπουλο σνίτσελ με ρυζότο	ή Μακαρόνια ογκραντεν
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Κρέμα σοκολάτα	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο

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

ΠΡΩΪΝΟ: 08:00-09:00 - ΓΕΥΜΑ: 12:00-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ:18.00-20:00

5 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		23	24	25	26	27	28	29
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Κυρίως πιάτο	Πουρές με μπέικον Φασολάκια λαδερά με πατάτες ή Αρακάς ανάμικτος	Μινεστρόνε Παστίσιο ή Σουτζουκάκια σμυρνέικα με κριθαράκι	Πίκλες Φασολάδα ή Φακές	Κοτόσουπα Κοτόπουλο ψητό με ζυμαρικά ή Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι	Ψαρόσουπα Βακαλάος πανέ με σκορδαλιά ή Γαλέος λεμονάτος με πατάτες φούρνου	Τυρόπιτα Χοιρινό “Μπεκρή μεζέ” με πιλάφι ή Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι Ρωσική σαλάτα	Ζυμαρόπιτα Κοτόπουλο “Gordon Blue” πουρέ και σαλτσα μουστάρδας ή Σπαγγέτι με κιμά Σαλάτα Φρούτο
	Συνοδευτικά	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί-Ελιές Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	
	Ειδικό πιάτο*							
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σπανακόπιτα	Μανιταρόσουπα	Πουρές λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Χορτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Σπανακόπιτα
	Κυρίως πιάτο	Σπαγγέτι με σάλτσα ναπολιτέν & τριμμένο τυρί ή Μπριάμ	Πένες Πριμαβέρα & 1 λουκάνικο Φρανκφούρτης ή Ριζότο λαχανικών & 1 λουκάνικο Φρανκφούρτης	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι ή Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Αγκινάρες αλά πολίτα ή Αρακάς Ανάμικτος	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον ή Σπαγγέτι θαλασσινών	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πατάτες & σάλτσα μουστάρδας ή Πίτσα Σπέσιαλ	Πένες καρμπονάρα ή Γιουβαρλάκια αυγολέμονο Τυρί Φρούτο
	Συνοδευτικά	Τυρί	Σαλάτα	Τυρί	Τυρί	Σαλάτα	Σαλάτα	
	Ειδικό πιάτο*	Φρούτο	Γιαούρτι Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Κρέμα	

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

ΠΡΩΪΝΟ: 08:00-09:00 - ΓΕΥΜΑ: 12:00-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ:18.00-20:00

5^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ 30

		Δευτέρα					
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Μακαρονάκι κοφτό με σάλτσα “Ναπολιτάνο					
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα ή Φακές					
	Συνοδευτικά	Τυρί-Ελιές					
	Ειδικό πιάτο*	Φρούτο					
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Ζυμαρόπιτα					
	Κυρίως πιάτο	Καλαμαράκια κρασάτα με κοφτό μακαρονάκι ή					
	Συνοδευτικά	Γεμιστά με κιμά ή λαδερά					
	Ειδικό πιάτο*	Σαλάτα Φρούτο					

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

ΠΡΩΪΝΟ: 08:00-09:00 - ΓΕΥΜΑ: 12:00-15.00 - ΔΕΙΠΝΟ:18.00-20:00