



ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Σαλάτες	Σαλάτα	Σαλάτα λάχανο	Σαλάτα εποχής	Σαλάτα ανάμεικτη	Σαλάτα εποχής	Σαλάτα με λαχανικά εποχής	Σαλάτα εποχής
Τυριά	Κίτρινο τυρί	Τυρί αγελαδινό	Ρώσικη σαλάτα	Λευκό τυρί	Τζατζίκι	Τυρί αγελαδινό	Φέτα
Πρώτο Πιάτο	Σούπα πράσο	Σούπα λαχανικών	Φακές	Μανιταρόσουπα	Ντοματοσουπα	Σούπα βελουτέ	Πατατοσουπα
Κυρίως Πιάτο	Παστίτσιο	Κατόπουλο με σάλτσα μουστάρδα	Ψάρι μενιερ	Σπετσοφai	Ψάρι προβενσαλ	Μπριζολάκια	Ρολό κιμά
	Φασολάκια	Κοφτό μακαρονάκι με αλλαντικά	Μακαρόνια με κιμά	Σπανακόρυζο	Μπιφτέκια ψητά	Φασολάκια	Μελιτζάνες ραγού
		Ρεβίθια σιφναϊκα	Τουρλού λαχανικών	Αρακάς λεμονάτος	Μπάμιες		
Συνοδευτικά	Πουρές με μурωδικά	Πατάτες φούρνου	Ρύζι ατμού	Πιλάφι	Πουρές με ελαιόλαδο	Πουρές αρωματικός	Πιλάφι
	Ρύζι κάρυ	Ρύζι λαχανικών	Πουρές με αρωματικά	Πατάτες φούρνου	Ρύζι με λαχανικά		
Επιδόρπια	Γλυκό	Γλυκό	Φρούτο εποχής	Γλυκό	Φρούτα εποχής	Γλυκό	Γλυκό
Άρτος	Καρβέλι χωριάτικο	Καρβέλι Χωριάτικο	Καρβέλι Χωριάτικο	Καρβέλι Χωριάτικο	Καρβέλι Χωριάτικο	Καρβέλι Χωριάτικο	Καρβέλι Χωριάτικο
	Άρτος ολικής	Άρτος ολικής	Άρτος ολικής	Άρτος ολικής	Άρτος ολικής	Άρτος ολικής	Άρτος ολικής

ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Σαλάτες	Σαλάτα Εποχής	Σαλάτα με λαχανικά εποχής	Σαλάτα εποχής	Σαλάτα Λάχανο Ανάμεικτη	Σαλάτα ανάμεικτη	Σαλάτα εποχής	Σαλάτα ανάμεικτη
Τυριά							
Πρώτο Πιάτο	Σούπα ημέρας	Πίτα τυριών	Σούπα ημέρας	Πίτα αλλαντικών	Σούπα ημέρας	Πίτα χορταρικών	Σούπα ημέρας
Κυρίως Πιάτο	Μπάμιες	Αρακάς κοκκινιστός	Ομελέτα	Κολοκυθάκια αλά πολιτα	Ρατατουγι	Πίτσα	Πεινιρλί
	Ζυμαρικά 4 τυριά	Ζυμαρικά Ογκρατεν	Ζυμαρικά καρμπονάρα	Ζυμαρικά φούρνου	Ζυμαρικά μπολονέζ	Ζυμαρικά αραμπιάτα	Ζυμαρικά Νάπολη
Συνοδευτικά	Πουρές αρωματικός	Ρύζι με βασιλικό	Πουρές βουτύρου	Ρύζι με λαχανικών	Πουρές βασιλικού	Ρύζι μурωδικών	Πουρές βουτύρου
Επιδόρπια	Φρούτο εποχής	Γλυκό	Φρούτο εποχής	Γλυκό	Φρούτο εποχής	Γλυκό	Φρούτο εποχής

ΠΡΩΪΝΟ :

- ΡΟΦΗΜΑΤΑ :** Φρέσκο γάλα, γαλλικός καφές, τσάι διάφορες γεύσεις, φυσικός χυμός πορτοκάλι.
- ΓΛΥΚΙΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ :** Κέικ διάφορες γεύσεις, κορν φλέικς, cookies σοκολάτα.
- ΖΕΣΤΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ :** Λουκάνικα μίνι, αυγά βραστά, αυγά τηγανητά, μπέικον.
- ΚΡΥΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ :** φρουτοσαλάτα, γιαούρτι.

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ : Κατόπιν ενημέρωσης μπορούμε να σας προετοιμάσουμε το ειδικό σας μενού π.χ. (διαβητικό, μενού halal,) μενού ειδικό για διατροφικές ανάγκες (δυσανεξίες, υπέρτασης κλπ.).