

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 1^η Εβδομάδα

| ΓΕΥΜΑ | Δευτέρα 1/7/24 | Τρίτη 2/7/24 | Τετάρτη 3/7/24 | Πέμπτη 4/7/24 | Παρασκευή 5/7/24 | Σάββατο 6/7/24 | Κυριακή 7/7/24 |
|-----------------------|--|--|---|---|--|--|--|
| Πρώτο Πιάτο | Λαχανόρυζο | Κοτόσουπα | Ψαρόσουπα | Σούπα λαχανικών | Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα | Κοτόσουπα | Κρεατόσουπα |
| Κυρίως Πιάτα 1 | Πέννες καρμπονάρα τυρί τριμμένο | Χοιρινό εξοχικό με ριζότο | Καλαμαράκια κοκκινιστά με πιλάφι | Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι | Φασολάδα | Παστίσιο | Μοσχάρι κοκκινιστό ριζότο |
| 2 | Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών τυρί τριμμένο | Κοτόπουλο με σως μουστάρδας- φιογκάκια | Βακαλαός αλά σπετσιώτα και πανέ με πατάτες φούρνου | Χοιρινή μπριζόλα ψητή με πατάτες τηγανιτές | Φακές σούπα | Κοτόπουλο ψητό πατάτες φούρνου | Χοιρινό αλα μπότσαρη πατάτες φούρνου |
| Συνοδευτικά | Μπουφές Σαλάτα | | | | | | |
| | Μαρούλια με κρεμμύδια φρέσκα , ρόκα,λόλα,ντομάτα, αγγούρι | Μαρούλι ,ρόκα,λόλα, κρουτόν.λάχανο άσπρο,κόκκινο,πολίτικη, καλαμπόκι,μουστάρδα | Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό,καρότο,μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα ,ρόκα,λόλα, ντομάτα,αγγούρι μανιτάρια | Μαρούλι ,ρόκα,λόλα, κρουτόν.λάχανο άσπρο,κόκκινο,πολίτικη καλαμπόκι,μουστάρδα | Ταραμοσαλάτα,ελιές, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα,ρόκα,λόλα, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι,παντζάρια | Λάχανο άσπρο, κόκκινο, καρότο,μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο, ρόκα ,λόλα | Ντομάτα, αγγούρι,μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο,ρόκα,λόλα |
| | Επιδόρπιο | | | | | | |
| | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές |
| | | Ρώσικη | | | Τυρί φέτα- Γλυκό | Τυρί φέτα | |
| ΔΕΙΠΝΟ | Δευτέρα 1/7/24 | Τρίτη 2/7/24 | Τετάρτη 3/7/24 | Πέμπτη 4/7/24 | Παρασκευή 5/7/24 | Σάββατο 6/7/24 | Κυριακή 7/7/24 |
| Πρώτο Πιάτο | Μινεστρόνε | Σούπα ζυμαρικών | Τοματόσουπα | Κους κους με μανιτάρια | Πουρές με μπέικον | Χορτόσουπα | Ριζότο λαχανικών |
| Κυρίως Πιάτα 1 | Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ριζότο | Σπανακοτυρόπιτα ή τυρόπιτα με πατάτες φούρνου | Στραπατσάδα με τυρί πατάτες τηγανιτές | Αρακάς λαδερός με πατάτες | Ταλιατέλες με σάλτσα ντομάτας τυρί τριμμένο | Πέννες ωγκραντέν (ζαμπόν,τυριά διάφορα,κρέμα γάλακτος) | Φασολάκια λαδερά με πατάτες |
| 2 | Γιουβέτσι λαχανικών | Σπετσοφάι βολιώτικο - ριζότο | Μακαρόνια με κιμά τυρί τριμμένο | Σπανακόρυζο | Πίτσα special (τυρί ,ζαμπόν-μπέικον,πιπεριά, ή μαργαρίτα,πατάτες τηγανιτές) | Πατάτες γιαχνί με μανιτάρια | Τριβελάκι με σάλτσα αματρισιάνα τυρί τριμμένο |
| Συνοδευτικά | Μπουφές Σαλάτα | | | | | | |
| | Λάχανο άσπρο, κόκκινο, καρότο,μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο, ρόκα ,λόλα | Ντομάτα, αγγούρι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο, ρόκα ,λόλα | Λάχανο άσπρο, κόκκινο, καρότο,μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο, ρόκα ,λόλα | Ντομάτα, αγγούρι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο, ρόκα ,λόλα | Λάχανο άσπρο, κόκκινο, καρότο,μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο, ρόκα ,λόλα | Ντομάτα, αγγούρι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο, ρόκα ,λόλα | Ντομάτα, αγγούρι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο, ρόκα ,λόλα |
| | Επιδόρπιο | | | | | | |
| | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές | Φρούτο Εποχής 2 επιλογές |
| | | | Γιαούρτι | | Τυρί φέτα | | |

*Ειδικό πιάτο : Αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και προσδιορίζεται κάθε φορά μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης.

Πρωινό

| | | Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή | Σαββάτο | Κυριακή |
|----------|----------------|--|--|--|--|---|--|--|
| Εβδομάδα | 1 ^η | 1/7/24 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, τυρόπιτα χυμός | 2/7/24 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, ντόνατς χυμός | 3/7/24 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, κέικ χυμός | 4/7/24 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, σφολιάτα, χυμός | 5/7/24 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, αυγό, χυμός | 6/7/24 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, ζαμπόν,τιρί, χυμός | 7/7/24 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, ζαμπόν,τιρί, χυμός |
| | | | | | | | | |