

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ (ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ) ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ 2η - 4η ΕΒΔΟΜΑΔΑ (Γ.2.3)

ΓΕΥΜΑ		ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ ή ΣΑΛΑΤΑ		Σαλατα Εποχής	Σούπα με ρύζι	Πίτα με φύλλο χειροποιητο	Σούπα	Ομελέτα Λαχανικών	Πίτσα	Σαλάτα Εποχής
ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	1	Κοτόπουλο κοκκινιστό με ρύζι	Πασιτισάδα	Γίγαντες	Σουτζουκάκια Σμυρνείκα με πουρέ	Ρεβύθια	Χοιρινή Τηγανιά με πατάτες	Αρνάκι Λεμονάτο Φούρνου
	2	Μοσχάρι με κριθαράκι	Κοτόπουλο με πατάτες	Αρακάς	Κοτόπουλο με χυλοπίτες	Χταποδάκι κοκκινιστό με ρύζι	Αρνάκι κοκκινιστό με μακαρόνια	Μοσχάρι με κριθαράκι
	3	Καλαμαράκια με ριζότο	Σουπιές Γιαχνί με ρύζι	Φακές	Σουπιές Κοκκινιστές με Λαζάνια	Μπριαμ	Μοσχαράκι κοκκινιστό με Λαζανάκια	Κοτόπουλο με πατάτες
				Φασολάδα		Σπανακόρυζο		
ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ		Γλυκό	Σαλάτα Εποχής	Τυρί Φέτα	Τυροσαλάτα	Τυρί Φέτα	Γλυκό	Πίτα με φύλλο χειροποιητο
ΦΡΟΥΤΟ		1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής

ΔΕΙΠΝΟ								
ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ ή ΣΑΛΑΤΑ		Πίτα με φύλλο χειροποιητο	Σαλάτα Εποχής	Μπρόκολο	Σαλάτα Εποχής	Πίτα με φύλλο χειροποιητο	Ρώσικη	Σαλάτα Εποχής
ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	1	Κοτόπουλο με πατάτες	Γαλοπουλα Ογκραντέν	Ψάρι Πλακί με πατάτες	Χοιρινό με Πατατές	Σάλτσα τόννου με σπαγγέτι	Μακαρόνια με κιμά	Κοτομπουκιές με ρύζι
	2	Κανελόνια με κιμά & ρύζι	Χοιρινό λεμονατο με ρύζι	Χταποδάκι με κοφτό	Μοσχαράκι Γιουβέτσι	Σάλτσα κοτόπουλου με πέννες	Ψάρι Φούρνου με ρύζι	Χοιρινό Λεμονάτο με πατάτες
ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ		Γλυκό	Γλυκό	Γλυκό	Πίτα με φύλλο χειροποιητο	Πατζάροσαλάτα	Γλυκό	Γλυκό
ΦΡΟΥΤΟ		1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής	1 Φρούτο Εποχής

Απαραίτητα στο κυρίως πιάτο θα παρέχετε ψωμί ημέρας λευκό ή ολικής

Όπου Γλυκό: Χαλβάς Σιμιγδαλένιος ή Ζελέ Φρούτων ή Κρέμα Βανίλια ή Σοκολάτα ή Μούς με γιαούρτι ή Κομπόστα ή Πανακότα ή Τούρτα ή Ρυζόγαλο ή Κεικ

