

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

| ΓΕΥΜΑ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|---------------------------------|-------------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------------|----------------------|---------------------|
| ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ ή ΣΑΛΑΤΑ | Σούπα | Σαλάτα | Πίτα | Σούπα | Πίτα | Σούπα | Κουνουπίδι |
| ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | 1 Καλαμαράκια με ριζότο | Μουσακάς | Ριζότο με σως Θαλασσινών | Μοσχαρι με πουρέ πατάτας | Φασολάκια | Αρνί με σπαγγέτι | Χοιρινό με ρύζι |
| | 2 Χοιρινό με πουρέ | Κοτόπουλο με πατάτες | Φακές | Σουτζουκάκια με πουρέ | Χταπόδι με κοφτό μακαρονάκι | Μοσχάρι με κριθαράκι | Αρνάκι με μακαρόνια |
| | 3 Κοτόπουλο με ρύζι | Σουπιές με ρύζι | Φασολάδα Γίγαντες | Κοτόπουλο με χυλοπίτες | Μπριάμ ή Γεμιστά Αρακάς | Κοτόπουλο με πέννες | Κιμαδόπιτα |
| ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ | Σαλάτα | Γιαούρτι | Τυρί | Τυροσαλάτα & Γλυκό | Ρώσικη | Σαλάτα | Τζατζίκι & Γλυκό |
| ΦΡΟΥΤΟ | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο |

| ΔΕΙΠΝΟ | | | | | | | |
|---------------------------------|-----------------------|---------------------|-----------------------------|--------------------|--------------------------|--------------------|----------------------|
| ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ ή ΣΑΛΑΤΑ | Πίτα | Σαλάτα | Μπρόκολο | Πίτα | Σαλάτα | Πατζάρια | Σαλάτα |
| ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | 1 Μοσχάρι Γιουβέτσι | Γαλοπούλα Ογκραντέν | Ψάρι Φούρνου με ρύζι | Χοιρινό με πατάτες | Σώς τόννου με σπαγγέτι | Σουπιές με ρύζι | Κοτόπουλο με πατάτες |
| | 2 Κοτόπουλο με πέννες | Μακαρόνια με κιμά | Χταπόδι με κοφτό μακαρονάκι | Κοτόπουλο με ρύζι | Σώς Κοτόπουλου με πέννες | Χοιρινό με πατάτες | Μοσχάρι με σπαγγέτι |
| ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ | Τζατζίκι | Γλυκό | Γλυκό | Τυροσαλάτα | Γλυκό | Γλυκό | Γλυκό |
| ΦΡΟΥΤΟ | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο | 1 Φρούτο |

Απαραίτητα στο κυρίως πιάτο θα παρέχετε ψωμί ημέρας λευκό και ολικής.

