

**1η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ 3/3/2025 – 9/3/2025**

	<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 3/3</b>	<b>ΤΡΙΤΗ 4/3</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 5/3</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ 6/3</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 7/3</b>	<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 8/3</b>	<b>ΚΥΡΙΑΚΗ 9/3</b>
<b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Καρμπονάρα</li> <li>Σούπα οσπρίων (φακές)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Χορτόσουπα</li> <li>Σούπα Οσπρίων (φασόλια)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Τυρόπιτα</li> <li>Σούπα κρέμα σπαράγγια</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Κριθαρότο με μανιτάρια και κεφαλογραβιέρα</li> <li>Σούπα Οσπρίων (φακές)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Μπακαλιάρος Τηγανιτός Παναρισμένος</li> <li>Σπαγγέτι με βούτυρο</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ψητά μανιτάρια και κεφαλογραβιέρα</li> <li>Σούπα Οσπρίων (ρεβίθια)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Πίτσα (τυρί ντομάτα, μπέικον, ζαμπόν, μανιτάρια)</li> <li>Σούπα ανοιξιότικη (Ζωμός με αρακά, καρότα, φασόλια)</li> </ol>
<b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Κοτόπουλο στήθος με ρύζι</li> <li>Γεμιστά λαδερά</li> <li>Σαρδέλα φούρνου με ντομάτα και ρίγανη</li> <li>Αγκινάρες αλά Πολίτα</li> <li>Σπαγγέτι αλά μπολονέζ</li> <li>Ριζότο μανιταριών</li> <li>Γαύρος λεμονάτος σαγανάκι</li> <li>Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών</li> <li>Ειδικό Βιολογικό Μενού</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Μοσχαράκι κοκκινιστό με σάλτσα και λαχανικά (μανιτάρια, πιπεριές, καρότα)</li> <li>Χοιρινή Μπριζόλα</li> <li>Σπαγγέτι με σάλτσα ντομάτας και μανιτάρια</li> <li>Γαλέος Ποσέ (Γαλέος Ποσέ με σάλτσα λαδολέμονο και πατάτες βραστές)</li> <li>Ριζότο θαλασσινών</li> <li>Σουπιές κρασάτες</li> <li>Χοιρινό με λάχανο</li> <li>Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών</li> <li>Ειδικό Βιολογικό Μενού</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Μπακαλιάρος στο φούρνο με πουρέ πατάτας</li> <li>Φασόλια στο φούρνο</li> <li>Σούπα Κοτόπουλο Αυγολέμονο</li> <li>Μακαρόνια ογκρατέν</li> <li>Πιπεριές γεμιστές λαδερές(με ρύζι και ντομάτα)</li> <li>Αγκινάρες με αρακά και καρότο</li> <li>Σαρδέλα ψητή φούρνου</li> <li>Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών</li> <li>Ειδικό Βιολογικό Μενού</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Χοιρινή τηγανιά στο φούρνο</li> <li>Γαλοπούλα μπουτί ψητή</li> <li>Φασολάκια Λαδερά με πατάτες</li> <li>Χοιρινή Μπριζόλα στη σχάρα με πουρέ</li> <li>Σπαγγέτι με μανιτάρια</li> <li>Μελιτζάνες Ιμάμ Πατάτες πουρέ</li> <li>Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών</li> <li>Ειδικό Βιολογικό Μενού</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Μοσχαράκι κοκκινιστό με κριθαράκι</li> <li>Φασόλια γίγαντες στο φούρνο</li> <li>Γεμιστά Κολοκυθάκια Πιπεριές Ντομάτες με κιμά</li> <li>Σπαγγέτι φούρνου με τυριά</li> <li>Μοσχαράκι λεμονάτο με πατάτες</li> <li>Ριζότο μανιταριών με λάδι τρούφας</li> <li>Λαχανόρυζο</li> <li>Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών</li> <li>Ειδικό Βιολογικό Μενού</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Σπαγγέτι με κιμά</li> <li>Καλαμαράκια Τηγανιτά</li> <li>Πίτσα (τυρί ντομάτα, μπέικον, ζαμπόν, μανιτάρια)</li> <li>Σουτζουκάκια στη σχάρα με ρύζι</li> <li>Πρασόρυζο</li> <li>Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κριθαράκι</li> <li>Κανελόνια αλά Τοσκάνα (με κιμά)</li> <li>Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών</li> <li>Ειδικό Βιολογικό Μενού</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Συκώτι Μοσχαρίσιο</li> <li>Μουσακάς Μελιτζάνας</li> <li>Κοτόπουλο στήθος ψητό με πλιγούρι</li> <li>Φασολάκια</li> <li>Κριθαρότο με λαχανικά μ</li> <li>Σπαγγέτι Αματρισιάνα</li> <li>Κοτόπουλοστήθος Σουβλάκι με ρύζι</li> <li>Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών</li> <li>Ειδικό Βιολογικό Μενού</li> </ol>
<b>ΣΥΝΟ-ΕΥΤΙΚΑ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψωμί</li> <li>Τυρί φέτα</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>Πολυσαλάτα</li> <li>Πατάτες στο Φούρνο</li> <li>Πατατοσαλάτα με κρεμμύδι</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψωμί</li> <li>Τυρί φέτα</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα βραστή(Βραστά Λαχανικά)</li> <li>Πολυσαλάτα</li> <li>Πουρές Πατάτας</li> <li>Κους Κους</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψωμί</li> <li>Τυρί</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>Πολυσαλάτα</li> <li>Κους Κους Μαγειρεμένο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψωμί</li> <li>Τυρί φέτα</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>Πολυσαλάτα</li> <li>Πουρές Πατάτας</li> <li>Μπάμιες</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψωμί</li> <li>Τυρί φέτα</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>Πολυσαλάτα</li> <li>Κριθαράκι Γιουβέτσι</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψωμί</li> <li>Τυρί φέτα</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>Πολυσαλάτα</li> <li>Πατάτες στο Φούρνο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψωμί</li> <li>Τυρί</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>Πολυσαλάτα</li> <li>Πατάτες στο Φούρνο</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Φρούτο Εποχής</li> <li>Φρούτι Ζελέ</li> <li>Γάλα Φρέσκο</li> <li>Γλυκό Ταψιού</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Φρούτο Εποχής</li> <li>Γλυκό Κρέμα βανίλια κανέλα</li> <li>Γάλα Φρέσκο</li> <li>Μους Φράουλα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Φρούτο Εποχής</li> <li>Γιαούρτι</li> <li>Γάλα Φρέσκο</li> <li>Καρυδόπιτα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Φρούτο Εποχής</li> <li>Γάλα Φρέσκο</li> <li>Γλυκό ραβανί</li> <li>Χαλβάς Σιμιγδαλένιος</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Φρούτο Εποχής</li> <li>Γάλα Φρέσκο</li> <li>Μους Βανίλια</li> <li>Μηλόπιτα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Φρούτο Εποχής</li> <li>Γάλα Φρέσκο</li> <li>Κρέμα καραμελέ</li> <li>Κομπόστα Ανανάς</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Φρούτο Εποχής</li> <li>Γάλα Φρέσκο</li> <li>Γλυκό ταψιού</li> <li>Πανακότα</li> </ul>

**1η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΒΡΑΔΙΝΟ 3/3/2025 – 9/3/2025**

	<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 3/3</b>	<b>ΤΡΙΤΗ 4/3</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 5/3</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ 6/3</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 7/3</b>	<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 8/3</b>	<b>ΚΥΡΙΑΚΗ 9/3</b>
<b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b>	1. Σούπα Βελουτέ Καρότου 2. Πένες ριγκατόνε με κρέμα γάλακτος	1. Πουρές Ρεβιθιού 2. Σούπα μινεστρόνε	1. Πρασόρουζο 2. Κοφτό μακαρονάκι με κόκκινη σάλτσα	1. Ντολμαδάκια Γιαλαντζί 2. Κρεμμυδόσουπα με τυρί τριμμένο	1. Σούπα Βελουτέ Καρότου 2. Κρεατόσουπα (Ζωμός κρέατος με ρύζι)	1. Μανιταρόπιτα 2. Σούπα Μινεστρόνε (ζωμός κρέατος με λαχανικά και ζυμαρικά)	1. Κολοκυθοκεφτέδες 2 Σούπα βελουτέ μανιτάρια
<b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b>	1. Μοσχαράκι με αρακά 2. Τυρόπιτα 3. Μπιφτέκια ψητά με ρύζι 4. Μπριάμ (μελιτζάνες, πιπεριές, κολοκύθια) 5. Φασολάκια 6. Σπανακόρυζο 7. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών 8. Ειδικό Βιολογικό Μενού	1. Ομελέτα με δύο αυγά μανιτάρια και πιπεριές 2. Κρέπες με τυρί Γκούντα μπέικον, μανιτάρια 3. Σουβλάκι κοτόπουλο στήθος ψητό 4. Λιγκουίني με σάλτσα πέστο 5. Καλαμαράκια κοκκινιστά 6.Μιλφέιγ Λαχανικών 7. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών 8. Ειδικό Βιολογικό Μενού	1. Παστίσιο 2. Μακαρόνια με βούτυρο και τυρί τριμμένο 3.Σουτζουκάκια με σάλτσα ντομάτας 4. Φακές 5. Ρεβίθια 6. Μακαρόνια με κιμά 7. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών 8. Ειδικό Βιολογικό Μενού	1. Ομελέτα με δύο αυγά μανιτάρια και πιπεριές 2. Μελιτζάνες Παπουτσάκια 3.Κοτομπουκιές Παναρισμένες 4. Αρακάς με πατάτες 5. Φασόλια μαυρομάτικα 6. Βίδες Ναπολιτέν 7 Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών 8. Ειδικό Βιολογικό Μενού	1. Ομελέτα με δύο αυγά μανιτάρια και πιπεριές 2. Σπανακόρυζο 3. Λουκάνικα Χοιρινά Φρανκφούρτης 4. Ριζότο με κοτόπουλο στήθος 5. Κανελόνια με σπανάκι και κρέμα γάλακτος 6. Λαζάνια με βούτυρο και τυρί τριμμένο 7 Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών 8. Ειδικό Βιολογικό Μενού	1. Σουπιές Σπανάκι 2. Φασόλια Φούρνου 3. Χοιρινό Σουβλάκι 4. Μπάμιες 5. Λιγκουίني με σάλτσα πέστο 6. Φάβα με λάδι τρούφας 7. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών 8. Ειδικό Βιολογικό Μενού	1. Γεμιστά (Ντομάτες πιπεριές, κολοκυθάκια) με ρύζι 2. Μακαρόνια με σάλτσα Ντομάτας 3.Λουκάνικα Γαλοπούλας 4 Ριζότο Λαχανικών 5 Αρακάς με πατάτες 6 Ογκρατέν λαχανικών 7 Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών 8. Ειδικό Βιολογικό Μενού
<b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ψωμί</li> <li>• Τυρί</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>• Πολυσαλάτα</li> <li>• Σαλάτα Ταμπουλέ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ψωμί</li> <li>• Τυρί</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>• Πολυσαλάτα</li> <li>• Κριθαράκι Γιουβέτσι</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ψωμί</li> <li>• Τυρί φέτα</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>• Πολυσαλάτα</li> <li>• Ρύζι</li> <li>• Χταπόδι μαγειρεμένο με σάλτσα ντομάτα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ψωμί</li> <li>• Τυρί φέτα</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>• Πολυσαλάτα</li> <li>• Πατάτες τηγανιτές</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ψωμί</li> <li>• Τυρί φέτα</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>• Πολυσαλάτα</li> <li>• Πουρές Πατάτας καρότου</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ψωμί</li> <li>• Τυρί φέτα</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>• Πολυσαλάτα</li> <li>• Κους Κους</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ψωμί</li> <li>• Τυρί φέτα</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα εποχής ωμή</li> <li>• Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)</li> <li>• Πολυσαλάτα</li> <li>• Πατάτες στο φούρνο</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Φρούτο Εποχής</li> <li>• Φρούιτ Ζελέ</li> <li>• Γάλα Φρέσκο</li> <li>• Μους Σοκολάτα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Φυσικός Χυμός Φρούτων</li> <li>• Γάλα Φρέσκο</li> <li>• Γλυκό ταψιού</li> <li>• Κρέμα σοκολάτα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Φρούτο Εποχής</li> <li>• Γάλα Φρέσκο</li> <li>• Κρέμα βανίλια</li> <li>• Φρούιτ Ζελέ Ανανάς</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Φρούτο Εποχής</li> <li>• Γάλα Φρέσκο</li> <li>• Κρέμα καραμελέ,</li> <li>• Κομπόστα Ροδάκινο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Φρούτο Εποχής</li> <li>• Φρούιτ Ζελέ</li> <li>• Γάλα Φρέσκο</li> <li>• Γλυκάκι πατισερί</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Φρούτο Εποχής</li> <li>• Φρούιτ Ζελέ κεράσι</li> <li>• Γάλα Φρέσκο</li> <li>• Γλυκό Προφιτερόλ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Φρούτο Εποχής</li> <li>• Γλυκό Γιαννιώτικο</li> <li>• Γάλα Φρέσκο</li> <li>• Γλυκό ταψιού</li> </ul>