|  |
| --- |
| **4η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ 24/6/2024 – 28/6/2024** |
|  | **ΔΕΥΤΕΡΑ 24/6** | **ΤΡΙΤΗ 25/6** | **ΤΕΤΑΡΤΗ 26/6** | **ΠΕΜΠΤΗ 27/6** | **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28/6** |  |  |
| **ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ** | **1. Φάβα βραστή****2. Σούπα βελουτέ μανιτάρια** | **1. Μακαρόνια με Κεφαλογραβιέρα****2. Σούπα Οσπρίων (φασόλια)** | **1. Κρεατόπιτα****2. Πατάτες φούρνου λεμονάτες** | **1. Πιπεριές Ογκρατέν****2. Σούπα Οσπρίων (ρεβίθια)** | **1. Πίτσα Μαργαρίτα****2. Σπανακόπιτα** |  |  |
| **ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ** | **1.Κοκκινιστό Μοσχαράκι με μελιτζάνα** **2.Λουκάνικο Χωριάτικο με Πουρέ πατάτας** **3.Μακαρόνια με σάλτσα Ντομάτας και Μανιτάρια****4. Μπάμιες****5. Χοιρινό Λεμονάτο με Ρύζι****6.Αρνάκι εξοχικό** **7. Φασολάκια****8. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****9. Ειδικό Βιολογικό Μενού** | **1.Κοτόπουλο στήθος λεμονάτο με ρεβίθια** **2.Κοτομπουκιές Παναρισμένες** **3.Φασόλια Γίγαντες πλακί****4.Λαχανοντολμάδες** **5.Σαρδέλα ψητή με πατάτες****6. Σπαγγέτι Τέσσερα τυριά****7. Ριζότο με Κοτόπουλο στήθος****8. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****9. Ειδικό Βιολογικό Μενού** | **1. Φασολάκια** **2.Κοτόσουπα αυγολέμονο** **3.Μπιφτέκια με σάλτσα ντομάτας και ρύζι** **4.Σουπιές με σπανάκι****5.Πιπεριές γεμιστές λαδερές (με ρύζι και ντομάτα****6.Σουτζουκάκια ψητά με πατάτες****7. Σπαγγέτι με Σάλτσα Πέστο****8. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****9. Ειδικό Βιολογικό Μενού** | **1. Γαλέος με πατάτες στο φούρνο****2. Κοτόπουλο στήθος ψητό με πατάτες φούρνου****3.Αρακάς Λαδερός με πατάτες** **4.Κολιός ψητός με πουρέ πατάτας****5.Σπαγγέτι Καρμπονάρα****6.Μιλφέιγ Λαχανικών****7.Τηγανιά κοτόπουλο στήθος με γλυκόξινη σάλτσα****8. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****9. Ειδικό Βιολογικό Μενού** | **1.Φασόλια φούρνου** **2.Σαρδέλα ψητή με πατάτες** **3.Γιουβαρλάκια Αυγολέμονο****4.Μπριάμ****5. Σπαγγέτι Ναπολιτέν****6. Θράψαλο κοκκινιστό με ρύζι****7. Λαχανοντολμάδες****8. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****9. Ειδικό Βιολογικό Μενού** |  |  |
| **ΣΥΝΟ-ΕΥΤΙΚΑ** | * **Ψωμί**
* **Τυρί φέτα**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)**
* **Πολυσαλάτα**
* **Πατάτες στο Φούρνο**
 | * **Ψωμί**
* **Τυρί**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)**
* **Πολυσαλάτα**
* **Πατάτες τηγανιτές**
 | * **Ψωμί**
* **Τυρί φέτα**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)**
* **Πολυσαλάτα**
* **Κους Κους**
 | * **Ψωμί**
* **Τυρί φέτα**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)**
* **Πολυσαλάτα**
* **Πουρές Πατάτας**
* **Κριθαράκι Γιουβέτσι**
 | * **Ψωμί**
* **Τυρί**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά )**
* **Πολυσαλάτα**
* **Πατάτες στο φούρνο**
 |  |  |
| * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Κανταΐφι**
* **Φρούιτ Ζελέ Βύσσινο**
 | * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Μους σοκολάτα**
* **Ρυζόγαλο**
 | * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Φρούιτ Ζελέ Ανανάς**
* **Σοκολατόπιτα**
 | * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Ρεβανί**
* **Κρέμα σοκολάτα**
 | * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Μους Βανίλια**
* **Σαραγλί**
 |  |  |
| **4η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΒΡΑΔΙΝΟ 24/6/2024 – 28/6/2024** |
|  | **ΔΕΥΤΕΡΑ 24/6** | **ΤΡΙΤΗ 25/6** | **ΤΕΤΑΡΤΗ 26/6** | **ΠΕΜΠΤΗ 27/6** | **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28/6** |  |  |
| **ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ** | **1. Κρέπες με τυρί γκούντα και μπέικον****2. Κρεμμυδόσουπα με τυρί τριμμένο** | **1. Χορτόσουπα****2. Χορτόπιτα** | **1. Καροτόσουπα βελουτέ****2. . Σούπα βελουτέ μανιτάρια** | **1. Παντζαροσαλάτα με γιαούρτι****2. Πιπεριές Ογκρατέν****3. Σούπα Μινεστρόνε** | **1. Τοματόσουπα****2. Κρεμμυδόσουπα με τυρί τριμμένο** |  |  |
| **ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ** | **1.Τσιπούρα με λαχανικά σωτέ****2.Μπριάμ** **3.Μπιφτέκι Ψητό από κοτόπουλο** **4.Γάβρος τηγανιτός με πατατοσαλάτα****5. Ριζότο Θαλασσινών****6. Φακές Σούπα****7. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****8. Ειδικό Βιολογικό Μενού** | **1.Σπετζοφάι (χωριάτικο λουκάνικο πιπεριές, ντομάτα)****2.Σουβλάκι κοτόπουλο στήθος με πατάτες****3.Πεινιρλί (Ζαμπόν, τυρί)****4. Σπαγγέτι με κιμά****5.Γιουβαρλάκια με σάλτσα****6.Παραδοσιακή Στραπατσάδα****7. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****8. Ειδικό Βιολογικό Μενού** | **1.Πίτσα Μαργαρίτα** **2.Τσιπούρα με πατάτες στο φούρνο****3.Ρολό Κοτόπουλο με Ζαμπόν****4. Κανελόνια με Σπανάκι****5. Αγκινάρες Λεμονάτες****6. Ριζότο Μανιταριών****7. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****8. Ειδικό Βιολογικό Μενού** | **1.Μπουτάκια Κοτόπουλο τηγανιτά** **2.Χοιρινή τηγανιά φούρνου** **3.Φασόλια Χάντρες με σάλτσα** **4.Χοιρινό κοκκινιστό με ρύζι** **5.Σουφλέ Ζυμαρικών****6.Μανιτάρια σωτέ με ρύζι****7. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****8. Ειδικό Βιολογικό Μενού** | **1.Αγκινάρες Αλα Πολίτα****2.Σπαγγέτι με κιμά****3. Ομελέτα (δύο αυγά, μανιτάρια, πιπεριές)****4.Σπανακόρυζο****5. Ριζότο Θαλασσινών****6. Σουφλέ με Λαχανικά και τυριά****7. Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών****8. Ειδικό Βιολογικό Μενού** |  |  |
| **ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ** | * **Ψωμί**
* **Τυρί φέτα**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)**
* **Πολυσαλάτα**
* **Κους Κους**
 | * **Ψωμί**
* **Τυρί**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)**
* **Πολυσαλάτα**
* **Ρύζι**
 | * **Ψωμί**
* **Τυρί**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)**
* **Πολυσαλάτα**
* **Κους Κους**
* **Ταμπουλέ**
 | * **Ψωμί**
* **Τυρί**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)**
* **Πολυσαλάτα**
* **Ρύζι**
 | * **Ψωμί**
* **Τυρί φέτα**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα εποχής ωμή**
* **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)**
* **Πολυσαλάτα**
 |  |  |
| * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Γλυκό Ταψιού**
* **Κρέμα Βανίλια**
 | * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Γιαούρτι με μέλι**
* **Γαλακτομπούρεκο**
 | * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Κρέμα βανίλια-κανέλα**
* **Καρυδόπιτα**
 | * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Φρούιτ Ζελέ Φράουλα**
* **Μπακλαβάς**
 | * **Φρούτο Εποχής**
* **Γάλα Φρέσκο**
* **Ρεβανί**
* **Χαλβάς Σιμιγδαλένιος**
 |  |  |