

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 1^η –Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ			Τετάρτη 1/10/25	Πέμπτη 2/10/25	Παρασκευή 3/10/25	Σάββατο 4/10/25	Κυριακή 5/10/25
Πρώτο Πιάτο			Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Σούπα του Σεφ	Χορτόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1			Γαρίδες σαγανάκι-πιλάφι	Κοτόπουλο με σως μουστάρδας- φιογκάκια	Φακές σούπα	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Αρνί λαδορίγανη με πατάτες φούρνου
2			Βακαλάος αλά σπτετσιώτα και πανέ με πατάτες φούρνου	Χοιρινή μπριζόλα ψητή με ριζότο	Φασολάδα	Κοτόπουλο γιουβέτσι	Χοιρινό αλά μπότσαρη με ριζότο
Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
			Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό-καρότο, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα,λόλα,λάχανο άσπρο,κόκκινο	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο,κόκκινο, πολίτικη,καλαμπόκι, μουστάρδα	Ταραμοσαλάτα, ελιές, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο,παντζάρια	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι
	Επιδόρπιο						
			Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές
				Τζατζίκι	Τυρί Φέτα- Γλυκό	Τυρί φέτα	
ΔΕΙΠΝΟ			Τετάρτη 1/10/25	Πέμπτη 2/10/25	Παρασκευή 3/10/25	Σάββατο 4/10/25	Κυριακή 5/10/25
Πρώτο Πιάτο			Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον	Κριθαρότο λαχανικών	Ριζότο με αλλαντικά
Κυρίως Πιάτα 1			Στραπατσάδα με τυρί πατάτες τηγανιτές	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Ταλιατέλες με σάλτσα ντομάτας- τυρί τριμμένο	Σπανακόρυζο	Φασολάκια λαδερά με πατάτες
Κυρίως Πιάτα 2			Μακαρόνια με κιμά τυρί τριμμένο	Γιουβέτσι λαχανικών	Πίτσα special (τυρί, ζαμπόν-μπέικον, πιπερία-ή μαργαρίτα,πατάτες τηγανιτές	Λουκάνικο χωριάτικο με πατάτες φούρνου	Τριβελάκι καρμπονάρα τυρί τριμμένο
	Μπουφές Σαλάτα						
			Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο	Ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο
			Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές
			Γιαούρτι	Τυρί Φέτα		Κρέμα	Τυρί Φέτα

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

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 2^η –Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 6/10/25	Τρίτη 7/10/25	Τετάρτη 8/10/25	Πέμπτη 9/10/25	Παρασκευή 10/10/25	Σάββατο 11/10/25	Κυριακή 12/10/25
Πρώτο Πιάτο	Λαχανόρουζο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Κρεατόσουπα	Χορτόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1	Πέννες καρμπονάρα τυρί τριμμένο	Χοιρινό εξοχικό με ριζότο	Καλαμαράκια κοκκινιστά με πιλάφι	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Φακές σούπα	Μουσακάς	Χοιρινό αλά μπότσαρη με ριζότο
2	Μακαρόνια με κιμά τυρί τριμμένο	Κοτόπουλο ψητό με πουρέ πατάτας	Βακαλάος αλά σπετσιώτα και πανέ με πατάτες φούρνου	Χοιρινή μπριζόλα ψητή με πατάτες τηγανιτές	Γίγαντες πλακί	Μοσχάρι γιουβέτσι	Γαλοπούλα αλά κρέμ με χυλοπίτες
Συνοδευτικά	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα,λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο,κόκκινο, πολίτικη,καλαμπόκι, μουςτάρδα	Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό-καρότο μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα,λόλα,λάχανο άσπρο,κόκκινο, μανιτάρια	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο,κόκκινο, πολίτικη,καλαμπόκι, μουςτάρδα	Ταραμοσαλάτα,ελιές, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα, λόλα,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο,παντζάρια, ντολμαδάκια	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο	Ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο
	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές
			Αναψυκτικό	Ρώσικη	Τυρί φέτα -Γλυκό	Τυρί φέτα	
ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 6/10/25	Τρίτη 7/10/25	Τετάρτη 8/10/25	Πέμπτη 9/10/25	Παρασκευή 10/10/25	Σάββατο 11/10/25	Κυριακή 12/10/25
Πρώτο Πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών	Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον	Κριθαρότο λαχανικών	Ριζότο με αλλαντικά
Κυρίως Πιάτα 1	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ριζότο	Ζαμπνοτυρόπιτα με πατάτες φούρνου	Ομελέτα με ή χωρίς αλλαντικά και τυριά πατάτες τηγανιτές	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Τριβελάκι με σάλτσα ντομάτας τυρί τριμμένο	Πέννες ωγκραντέν (τυριά διάφορα,κρέμα γάλακτος,ζαμπόν)	Φασολάκια λαδερά με πατάτες
2	Γιουβέτσι λαχανικών	Σπετσοφάι Βολιώτικο ριζότο	Μακαρόνια με σάλτσα αματρισιάνα τυρί τριμμένο	Σπανακόρουζο	Πίτσα special (τυρί, ζαμπόν-μπέικον, πιπερία-ή μαργαρίτα,πατάτες τηγανιτές	Βακαλάος πανέ με πατάτες φούρνου	Τορτελίνια καρμπονάρα τυρί τριμμένο
	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο, κόκκινο.καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο
	Επιδόρπιο						
	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές
	Γάλα		Γιαούρτι	Τυρί φέτα		Ζελέ	Τυρί φέτα

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

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 3^η Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 13/10/25	Τρίτη 14/10/25	Τετάρτη 15/10/25	Πέμπτη 16/10/25	Παρασκευή 17/10/25	Σάββατο 18/10/25	Κυριακή 19/10/25
Πρώτο Πιάτο	Λαχανόρυζο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Σούπα του σεφ	Χορτόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1	Ριγκατόνι καρμπονάρα τυρί τριμμένο	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Χταπόδι κοκκινιστό με μακαρονάκι κοφτό	Κοτόπουλο με σως μουστάρδας- φιογκάκια	Φακές σούπα	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Παστίσιο
2	Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών τυρί τριμμένο	Χοιρινό εξοχικο με ριζότο	Βακαλάος αλά σπετσιώτα και πανέ με πατάτες φούρνου	Σουβλάκι χοιρινό με πατάτες τηγανιτές-πίτα	Ρεβύθια	Κοτόπουλο γιουβέτσι	Χοιρινό αλά μπότσαρη με πατάτες φούρνου
Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα,λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο,κόκκινο, πολίτικη,καλαμπόκι, μουστάρδα	Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό-καρότο μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα,λόλα,λάχανο άσπρο,κόκκινο	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο,κόκκινο, πολίτικη,καλαμπόκι, μουστάρδα	Ταραμοσαλάτα, ελιές, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο,παντζάρια	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο
	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
				Τζατζίκι	Τυρί φέτα -Γλυκό	Τυρί φέτα	
ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 13/10/25	Τρίτη 14/10/25	Τετάρτη 15/10/25	Πέμπτη 16/10/25	Παρασκευή 17/10/25	Σάββατο 18/10/25	Κυριακή 19/10/25
Πρώτο Πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών	Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον	Ριζότο με αλλαντικά	Κριθαρότο λαχανικών
Κυρίως Πιάτα 1	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με ριζότο	Τυρόπιτα με πατάτες φούρνου	Στραπατσάδα με τυρί πατάτες τηγανιτές	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Ταλιατέλες με σάλτσα ντομάτας- τυρί τριμμένο	Σπανακόρυζο	Φασολάκια λαδερά με πατάτες
2	Γιουβέτσι λαχανικών	Σπετσοφαί Βολιώτικο - ριζότο	Μακαρόνια με κιμά τυρί τριμμένο	Μπάμιες	Πίτσα special (τυρί, ζαμπόν-μπέικον, πιπερία-ή μαργαρίτα,πατάτες τηγανιτές	Πέννες με σάλτσα αματρισιάνα τυρί τριμμένο	Τριβελάκι καρμπονάρα τυρί τριμμένο
	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο
	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
	Κομπόστα		Γιαούρι	Τυρί φέτα			Τυρί φέτα

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

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 4^η Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 20/10/25	Τρίτη 21/10/25	Τετάρτη 22/10/25	Πέμπτη 23/10/25	Παρασκευή 24/10/25	Σάββατο 25/10/25	Κυριακή 26/10/25
Πρώτο Πιάτο	Λαχανόρυζο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Σούπα του Σεφ	Κρεατόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1	Σπετσοφαί Βολιώτικο - ριζότο	Χοιρινό εξοχικό με ριζότο	Γαρίδες σαγανάκι -πιλάφι	Κοτόπουλο αλά κρεμ με χυλοπίτες	Φακές σούπα	Παστίσιο	Μοσχάρι γιουβέτσι
2	Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών τυρί τριμμένο	Κοτόπουλο ψητό με πουρέ πατάτας	Βακαλός αλά σπετσιώτα και πανέ με πατάτες φούρνου	Χοιρινή μπριζόλα ψητή με πατάτες τηγανιτές	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Κοτόπουλο κοκκινιστό με ριζότο	Χοιρινό αλά μπότσαρη με πατάτες φούρνου
Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα,λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο,κόκκινο, πολίτικη,καλαμπόκι, μoustάρδα	Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό-καρότο μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα,λόλα,λάχανο άσπρο,κόκκινο,μανιτάρια	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο,κόκκινο, πολίτικη,καλαμπόκι, μoustάρδα	Ταραμοσαλάτα, ελιές, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο,παντζάρια, ντολμαδάκια	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο
	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
			Αναψυκτικό	Ρώσικη	Τυρί φέτα -Γλυκό	Τυρί φέτα	
ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 20/10/25	Τρίτη 21/10/25	Τετάρτη 22/10/25	Πέμπτη 23/10/25	Παρασκευή 24/10/25	Σάββατο 25/10/25	Κυριακή 26/10/25
Πρώτο Πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών	Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον	Ριζότο με αλλαντικά	Χορτόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ριζότο	Κασερόπιτα με πατάτες φούρνου	Ομελέτα με ή χωρίς αλλαντικά και τυριά πατάτες τηγανιτές	Μπριάμ φούρνου	Τριβελάκι με σάλτσα ντομάτας- τυρί τριμμένο	Αγκινάρες αλά πολίτα	Φασολάκια λαδερά με πατάτες
2	Γιουβέτσι λαχανικών	Πέννες με σάλτσα καρμπονάρα	Μακαρόνια με κιμά τυρί τριμμένο	Σπανακόρυζο	Πίτσα special (τυρί, ζαμπόν-μπέικον, πιπέρια-ή μαργαρίτα,πατάτες τηγανιτές	Σπανακοτυρόπιτα με πατάτες φούρνου	Τορτελίνια καρμπονάρα τυρί τριμμένο
	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο
	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
	Γάλα		Γιαούρτι	Τυρί φέτα		Ζελέ	Τυρί φέτα

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

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 5^η Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 27/10/25	Τρίτη 28/10/25	Τετάρτη 29/10/25	Πέμπτη 30/10/25	Παρασκευή 31/10/25		
Πρώτο Πιάτο	Λαχανόρυζο	Σούπα λαχανικών	Ψαρόσουπα	Κοτόσουπα	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα		
Κυρίως Πιάτα 1	Σουφλέ με πέννες	Μπακαλιάρος σκορδαλιά	Καλαμαράκια κοκκινιστά με πιλάφι	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Φακές σούπα		
2	Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών τυρί τριμμένο	Μοσχάρι γιουβέτσι	Τσιπούρα σχάρας με σάλτσα λαδολέμονο,πατάτες, μπρόκολο,καρότο	Χοιρινή μπριζόλα ψητή με πατάτες τηγανιτές	Φασολάδα		
Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα,λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο,κόκκινο, πολίτικη,καλαμπόκι, μουστάρδα	Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό-καρότο μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα,λόλα,λάχανο άσπρο,κόκκινο,	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο,κόκκινο, πολίτικη,καλαμπόκι, μουστάρδα	Ταραμοσαλάτα, ελιές, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο,παντζάρια		
	Επιδόρπιο						
	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές		
				Τζατζίκι	Τυρί φέτα-Γλυκό		
ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 27/10/25	Τρίτη 28/10/25	Τετάρτη 29/10/25	Πέμπτη 30/10/25	Παρασκευή 31/10/25		
Πρώτο Πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών	Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον		
Κυρίως Πιάτα 1	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με ριζότο	Σπανακοτυρόπιτα με πατάτες φούρνου	Στραπατσάδα με τυρί πατάτες τηγανιτές	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Ταλιατέλες με σάλτσα ντομάτας- τυρί τριμμένο		
2	Σπανακόρυζο	Σπετσοφαί Βολιώτικο ριζότο	Μακαρόνια με κιμά τυρί τριμμένο	Γιουβέτσι λαχανικών	Πίτσα special (τυρί, ζαμπόν-μπέικον, πιπερία-ή μαργαρίτα,πατάτες τηγανιτές		
	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο,καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο		
	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές		
Κομπόστα		Γιαούρι		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			1/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, κέικ χυμός	2/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, σφολιάτα, χυμός	3/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, αυγό, χυμός	4/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , πραλίνα ζαμπόν,τυρί, χυμός	5/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, ζαμπόν,τυρί, χυμός
	2 ^η	6/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, τυρόπιτα χυμός	7/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , πραλίνα, ντόνατς χυμός	8/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, κέικ χυμός	9/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, σφολιάτα, χυμός	10/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, αυγό, χυμός	11/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα ζαμπόν,τυρί, χυμός	12/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο μαρμελάδα , ζαμπόν,τυρί, χυμός
	3 ^η	13/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, τυρόπιτα χυμός	14/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, ντόνατς χυμός	15/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, κέικ χυμός	16/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , πραλίνα, σφολιάτα, χυμός	17/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, αυγό, χυμός	18/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, ζαμπόν,τυρί, χυμός	19/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, ζαμπόν,τυρί, χυμός
	4 ^η	20/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, τυρόπιτα χυμός	21/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, ντόνατς χυμός	22/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , πραλίνα, κέικ χυμός	23/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, σφολιάτα, χυμός	24/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, αυγό χυμός	25/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, ζαμπόν,τυρί, χυμός	26/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, ζαμπόν,τυρί, χυμός
	5 ^η	27/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, τυρόπιτα χυμός	28/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, ζαμπόν,τυρί, χυμός	29/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , πραλίνα, κέικ χυμός	30/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μέλι, σφολιάτα, χυμός	31/10/25 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο , μαρμελάδα, αυγό χυμός		