

Συγκεντρωτικό Πρόγραμμα Σίτισης Τεσσάρων (4) Εβδομάδων

1^η ΚΑΙ 3^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

		F5\40.40	451510
		<u>reyma</u>	ΔΕΙΠΝΟ
		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
Δ	ΠΡΩΙΝΟ	Ρυζότο με σαλτσα λαχανικών	Μινεστρόνε
E	- / /2 . / /2	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
Υ	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	Φασολάδα	Σουτζουκάκια σμυρνέικα με πατάτες
T	καφές στιγμιαίος, χυμός,	ή .	ή
E	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	Φακές	Μακαρόνια κοφτά με κιμά
Р	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
Α	φρυγανιές.	Σαλάτα –Φρούτο - Τυρί - ελιές	Σαλάτα-Φρούτο
		<u> </u>	<u>ΔΕΙΠΝΟ</u>
T		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
Р	ΠΡΩΙΝΟ	Σούπα ζυμαρικών	Πουρέ με μπέικον
ı	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
T	καφές στιγμιαίος, χυμός,	Παστίτσιο	Αγκινάρες αλά πολίτα
Н	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	ή	ή
	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	Μπιφτέκι με σαλτσα	Σπανακόρυζο
	φρυγανιές.	μουστάρδας και ρύζι	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
		ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	Τυρί -Φρούτο
		Τυρί -Σαλάτα -Φρούτο	
		<u>ΓΕΥΜΑ</u>	<u>ΔΕΙΠΝΟ</u>
T		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
E	ΠΡΩΙΝΟ	Ψαρόσουπα	Χορτόσουπα
T	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
Α	καφές στιγμιαίος, χυμός,	Γαλέος φούρνου λεμονάτος με	Ομελέτα με πατάτες και μπεϊκον
Р	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	σκορδαλιά	ή
T	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	ή	Γεμιστά λαδερά
Н	φρυγανιές.	Σαρδέλα φιλέτο λαδορίγανη με	
		πατάτες λεμονάτες	
		ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
		Σαλάτα –Φρούτο	Τυρί -Γλυκό
		<u> ГЕҮМА</u>	<u>ΔΕΙΠΝΟ</u>
		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
П	ΠΡΩΙΝΟ	Κοτόσουπα	Σούπα λαχανικών
E	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
М	καφές στιγμιαίος, χυμός,	Χοιρινό ριγανάτο με πουρέ	Καλαμαράκια κοκκινιστά με πιλάφι
П	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	·	ή
Т	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	Κοτόπουλο ψητό με σάλτσα	΄' Λαχανικά τουρλού
Н	φρυγανιές.	μουστάρδας & ρύζι	
		ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
		Φρούτο-Σαλάτα	Σαλάτα - Κομπόστα

ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΗ Α.Ε. AMANOEIA

1η ΚΑΙ 3η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

		ГЕҮМА	ΔΕΙΠΝΟ
П		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
Α	ΠΡΩΙΝΟ	Σούπα του σεφ	Πουρές με μπέικον
Р		ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
Α	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	Φασολάκια	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο
Σ	καφές στιγμιαίος, χυμός,	ή	ή
K	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	Αρακάς ανάμικτος	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με ρύζι
E	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
Υ	φρυγανιές.	Σαλάτα-Τυρί -Ζελέ	Σαλάτα-Φρούτο-Γιαούρτι
Н			
		ГЕҮМА	ΔΕΙΠΝΟ
		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
Σ		Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών
Α	ΠΡΩΙΝΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
В	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	Σουτζουκάκια σμυρνέικα με	Καλαμαράκια κρασάτα με κοφτό
В	καφές στιγμιαίος, χυμός,	κριθαράκι	μακαρονάκι
Α	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	ή	ή
T	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	Μπριζόλα χοιρινή με πιλάφι	Σουφλέ με πατάτες, τυριά & μπέικον
0	φρυγανιές.	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
		Σαλάτα-Ρυζόγαλο	Σαλάτα-Φρούτο
		ΓΕΥΜΑ	ΔΕΙΠΝΟ
		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
K	ΠΡΩΙΝΟ	Σούπα του σεφ	Μανιταρόσουπα
Υ	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
Р	καφές στιγμιαίος, χυμός,	Μακαρόνια με κιμά	Λαχανικά ανάμικτα
ı	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	ή	ń
Α	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	Αρνάκι με λαχανικά	Μακαρόνια ογκραντέν
K	φρυγανιές.	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
Н		Φρούτο-Τζατζίκι	Ρώσικη-Γλυκό- Γάλα



Συγκεντρωτικό Πρόγραμμα Σίτισης Τεσσάρων (4) Εβδομάδων

2^{η} KAI 4^{η} EB Δ OMA Δ A

		<u>reyma</u>	ΔΕΙΠΝΟ
		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
Δ		Πουρές με μπέικον	Χορτόσουπα
E		ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
Y	ΠΡΩΙΝΟ	Γίγαντες πλακί	Ομελέτα σπέσιαλ
T	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	ή	ή
E	καφές στιγμιαίος, χυμός,	Αρακάς ανάμικτος	Μακαρόνια ναπολιτέν
Р	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
Α	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.	Τυρί-Φρούτο	Σαλάτα-Φρούτο-Γαλοτύρι
		<u>ΓΕΥΜΑ</u>	<u>ΔΕΙΠΝΟ</u>
		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
Т		Σούπα του σεφ	Ρυζότο με σαλτσα λαχανικών
Р	ΠΡΩΙΝΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
1	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	Μακαρόνια με κιμά	Μπριάμ φούρνου
Т	καφές στιγμιαίος, χυμός,	ή	ή
н	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	Χοιρινό ριγανάτο με πουρέ	Φασολάκια Λαδερά
	φρυγανιές.	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
	φρογάνιας.	Σαλάτα -Φρούτο	Σαλάτα-Κομπόστα-Τυρί
		ГЕҮМА	<u>ΔΕΙΠΝΟ</u>
T		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
E		Ψαρόσουπα	Χορτόσουπα
T	ΠΡΩΙΝΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
Α	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	Σαρδέλα φιλέτο λαδορίγανη	Γεμιστά με κιμά
Р	καφές στιγμιαίος, χυμός,	με πατάτες λεμονάτες	ή
T	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	ή	Καλαμαράκια κρασάτα με πιλάφι
Н	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	Βακαλάος φιλέτο αλα	
	φρυγανιές.	σπετσιώτα με σκορδαλιά	
		ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
		Σαλάτα-Φρούτο	Σαλάτα-Φρούτο-Γιαούρτι
		<u> ГЕҮМА</u>	ΔΕΙΠΝΟ
		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ
П		Σούπα ζυμαρικών	Τυρόπιτα
E	ΠΡΩΙΝΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
М	Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου,	Μοσχάρι κοκκινιστό με	Λαχανικά ανάμικτα
П	καφές στιγμιαίος, χυμός,	κριθαράκι	ή
Т	μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο,	ή	Λαχανόρυζο
Н	Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί,	Κοτόπουλο σνίτσελ με σάλτσα	
	φρυγανιές.	λεμονονιού & πουρέ	
		ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ
		Σαλάτα-Φρούτο	Φρούτο- Τυρί -Γάλα
1 1		· ·	

ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΗ Α.Ε. AMANOEIA

2^η ΚΑΙ 4^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

	2΄ ΚΑΙ 4΄ ΕΒΔΟΙΝΙΑΔΑ					
		<u>reyma</u>	<u>ΔΕΙΠΝΟ</u>			
П		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ			
Α	ΠΡΩΙΝΟ	Πίκλες με ελιές	Χορτόσουπα			
P	Τσάι, γάλα, καφές	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ			
Α	φίλτρου, καφές στιγμιαίος,	Φασόλια σούπα	Γιουβαρλάκια κοκκινιστά με πουρέ			
Σ	χυμός, μαρμελάδα, μέλι,	ή	ή			
K	βούτυρο, Αυγό,	Φακές	Μουσακάς			
E	Ζυμαρόπιτα ψωμί,	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ			
Υ	φρυγανιές.	Τυρί-Φρούτο-Ζελέ	Σαλάτα-Φρούτο-Τυρί			
Н						
		<u> </u>	<u>ΔΕΙΠΝΟ</u>			
Σ	ΠΡΩΙΝΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ			
Α	Τσάι, γάλα, καφές	Σούπα του Σεφ	Μακαρόνι κοφτό ναπολιτεν			
В	φίλτρου, καφές στιγμιαίος,	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ			
В	χυμός, μαρμελάδα, μέλι,	Μπιφτέκι με σάλτσα σάσερ &	Αγκινάρες αλά πολίτα			
Α	βούτυρο, Αυγό,	ρύζι	ή			
Т	Ζυμαρόπιτα ψωμί,	ή	Σπανακόρυζο			
0	φρυγανιές.	Σουτζουκάκια με σαλτσα				
		κρασάτη & κοφτό μακαρόνακι				
		ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ			
		Σαλάτα-Κομπόστα	Γλυκό- Τυρί -Γάλα			
		ГЕҮМА	ΔΕΙΠΝΟ			
		ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ			
	ΠΡΩΙΝΟ	Κοτόσουπα	Χορτόσουπα			
K	Τσάι, γάλα, καφές		·			
Υ	φίλτρου, καφές στιγμιαίος,	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ	ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ			
Р	χυμός, μαρμελάδα, μέλι,	Κοτόπουλο ψητό με σως κάρυ &				
ı	βούτυρο, Αυγό,	πιλάφι	Ομελέτα με πατάτες και μπεϊκον			
Α	Ζυμαρόπιτα ψωμί,	ή	ń			
K	φρυγανιές.	Αρνάκι ψήτό λεμονάτο με	Μακαρόνια Ογκραντεν			
Н		πουρέ	ινιακαρόνια ο γκραντέν			
		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,				
		ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ			
		Σαλάτα-Φρούτο	Σαλάτα-Τυρί-Γιαούρτι			
		Σωιαία Φροσίο	Σακατά τορετιασορεί			