



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΠΑΙΔΙΩΝ

Σεπτέμβριος 2021

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
1^η ΒΔΟΜΑΔΑ 01-03/09			Κριθαράκι κιμά**, τυρί, γιαούρτι, ψωμί, σαλάτα	Ψάρι πανέ με πατάτες πουρέ, ψωμί, σαλάτα	Φακές με ρύζι πιλάφι, ψωμί, σαλάτα
			Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*
2^η ΒΔΟΜΑΔΑ 06-10/09	Ραβιόλες με τυρί	Κοτόπουλο ψητό με πουργούρι πιλάφι, γιαούρτι, ψωμί, σαλάτα	Μπιζέλι, καρότα, πατάτες με σάλτσα ντομάτας, γιαούρτι, ψωμί, σαλάτα	Σπιτικό μπιφτέκι** με πατάτες ψητές, ψωμί, γιαούρτι σαλάτα	Λουβί με λάχανα με τόνο, ελιές, ψωμί, σαλάτα
	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*
3^η ΒΔΟΜΑΔΑ 13-17/09	Κοτόπουλο με πατάτες, γιαούρτι, ψωμί, σαλάτα	Κριθαράκι με ντομάτα τυρί, γιαούρτι, ψωμί, σαλάτα	Ψάρι πανέ με ρύζι, ψωμί, σαλάτα	Σπιτικό Μπιφτέκι με πουργούρι, ψωμί, γιαούρτι σαλάτα	Φασόλια Γιαχνί, ψωμί,
	Απογευματινό	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*
4^η ΒΔΟΜΑΔΑ 20-24/09	Μπιζέλι με χοιρινό**, πατάτες και καρότα γιαχνί ψωμί, σαλάτα	Ψάρι στο φούρνο με ρύζι πιλάφι, ψωμί, λαχανικά βραστά	Μακαρόνια του φούρνου**, γιαούρτι, σαλάτα	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι, γιαούρτι, ψωμί, σαλάτα	Φακές με ρύζι πιλάφι, ψωμί, σαλάτα
	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*
5^η ΒΔΟΜΑΔΑ 27-30/09	Ρολό Κιμά** με πατάτες, γιαούρτι, ψωμί, σαλάτα	Κοτόπουλο στο φούρνο, ρύζι, ψωμί, σαλάτα	Κριθαράκι με τυρί, γιαούρτι σαλάτα	Φασολάκι με χοιρινό**, πατάτες και καρότα γιαχνί ψωμί, σαλάτα	ΑΡΓΙΑ
	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*	Απογευματινό*	

* Απογευματινό: Φρούτο εποχής (καθημερινά) ή σάντουιτς, ή αυγό βραστό με ψωμί, ή κρέμα, ή ρυζόγαλα ή δημητριακά με γάλα

** Χοιρινό (στα παιδιά Μουσουλμανικού θρησκεύματος σερβίρεται εναλλακτικό φαγητό)