

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΜΑΪΟΣ 2025

1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΠΡΩΪΝΟ: 7.30-9.30

ΓΕΥΜΑ: 11.30-15.00

ΔΕΙΠΝΟ: 18.00-21.00

1

2

3

4

					Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο				Σούπα λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Μινεστρόνε	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο				Μπιφτέκι σχάρας με σάλτσα μoustάρδας & πατάτες ή	Φασολάκια λαδερά με πατάτες ή Αρακάς ανάμικτος	Σνίτσελ κοτόπουλο με πουρέ ή Μουσακάς	Κοτόπουλο ψητό με κριθαράκι ή Μπριζόλα χοιρινή σάλτσα μoustάρδας & πιλάφι
	Ειδικό πιάτο* Συνοδευτικά				Χοιρινό ψητό με σάλτσα ψητού & ρύζι	Τυρί	Σαλάτα	Ρωσική σαλάτα
					Σαλάτα	Φρούτο	Φρούτο	Ζελέ φρούτων
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο				Μινεστρόνε	Χορτόσουπα	Σούπα του σεφ	Σπανακόπιτα
	Κυρίως πιάτο				Μελιτζάνες Ιμάμ ή	Σουτζουκάκια σχάρας με λεμονάτη σάλτσα & ρύζι ή	Ομελέτα με πατάτες και μπέικον ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο (σούπα) ή
	Συνοδευτικά				Λαχανικά εποχής Τουρλού	Λουκάνικο χωριάτικο ψητό με πατάτες	Σαλάτα	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πουρέ
	Ειδικό πιάτο*				Τυρί	Σαλάτα		Σαλάτα
					Κομπόστα	Φρούτο		Φρούτο

*αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

2 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		5	6	7	8	9	10	11
Γ Ε Υ Μ Α		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
	Πρώτο πιάτο	Πίκλες- Ελιές	Σούπα του Σεφ	Σούπα λαχανικών	Μινεστρόνε	Πίκλες	Σούπα εποχής	Κρεατόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Φασολάδα	Μακαρονάκι κοφτό με κιμά	Γίγαντες πλακί	Κοτόπουλο φούρνου με λεμονάτη σάλτσα & πλιγούρι	Τουρλού λαχανικών ή Φακές	Σνίτσελ κοτόπουλο με πουρέ ή Σουτζουκάκια "Σμυρναίικα" με κριθαράκι	Μπιφτέκι σχάρας με σάλτσα μουςτάρδας & ρύζι
	Συνοδευτικά	Ριζότο θαλασσινών Σαλάτα	Χοιρινή τηγανιά με πουρέ	Αρακάς ανάμικτος Τυρί	ή Μπιφτέκι σχάρας με σάλτσα λαχανικών & ρύζι	Τυρί - Ελιές	ή Μοσχάρι κοκκινιστό με πουρέ	ή Μοσχάρι κοκκινιστό με πουρέ
	Ειδικό πιάτο*	Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Γλυκό	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα λαχανικών	Τυρόπιτα	Ριζότο λαχανικών	Σούπα ζυμαρικών	Ψαρόσουπα	Μανιταρόσουπα	Σούπα του Σεφ
	Κυρίως πιάτο	Καλαμαράκια κρασάτα με ρύζι	Σπανακόρυζο ή Φασολάκια λαδερά με πατάτες	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Γεμιστά με κιμά ή Γιουβαρλάκια αυγολέμονο (σούπα)	Ψαροκροκέτες με ρύζι & λεμονάτη σάλτσα ή Σπαγγέτι με θαλασσινά	Παστίσιο ή Κοτομπουκιές με πουρέ	Λουκάνικα Φρανκφούρτης με πατάτες ή Πένες Καρμπονάρα
	Συνοδευτικά	ή Πένες με σάλτσα Καρμπονάρα Σαλάτα Φρούτο	Τυρί Φρούτο	ή Ομελέτα σπέσιαλ Σαλάτα Ρυζόγαλο	Τυρί Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Κρέμα	Σαλάτα Φρούτο
	Ειδικό πιάτο*							

*αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και θα προσδιορίζεται κάθε φορά, μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

3^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ
12
13
14
15
16
17
18

		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Ψαρόσουπα	Μινεστρόνε	Πίκλες	Κοτόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Σούπα του σέφ	Κοτόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Πέρκα φιλέτο με ανάμικτα λαχανικά ή	Μακαρόνια με κιμά ή	Ρεβιθόρυζο ή Φακές	Κοτόπουλο μπιφτέκι με κριθαράκι ή	Φασολάκια λαδερά με πατάτες ή Αρακάς ανάμικτος	Μπιφτέκι σχάρας με πατάτες φούρνου ή Μπριζόλα χοιρινή με σάλτσα ψητού & πιλάφι	Κοτόπουλο ψητό με πουρέ ή Μουσακάς
	Συνοδευτικά	Κοφτό μακαρονάκι με θαλασσινά	Σουτζουκάκια σχάρας με λεμονάτη σάλτσα & πουρέ	Τυρί - Ελιές	Χοιρινό μπεκρή μεζέ με ρύζι	Τυρί		Σαλάτα
	Ειδικό πιάτο*	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Γλυκό	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	Σαλάτα Ρυζόγαλο	Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Σούπα του σέφ	Μανιταρόσουπα	Σούπα ζυμαρικών	Τραχανάς	Σούπα λαχανικών	Μινεστρόνε	Πουρές με μπέικον
	Κυρίως πιάτο	Πατάτες ογκραντέν με κρέμα γάλακτος μπέικον & τυριά ή Μακαρόνια με μεσογειακή σάλτσα & τριμμένο κεφαλοτύρι	Γεμιστά λαδερά ή Κους-Κους με λαχανικά & μανιτάρια & 1 λουκάνικο	Ομελέτα με πατάτες, μπέικον τυρί & λουκάνικο ή Μακαρόνια ογκραντέν	Μπριάμ ή Ριζότο ζαμπόν, μπέικον, τυρί, μανιτάρια & 1 λουκάνικο	Καλαμαράκια κρασάτα με ρύζι ή Παστίτσιο λαχανικών με τυριά	Κοτομπουκιές με πουρέ ή Λουκάνικα χωριάτικα ψητά με πατάτες	Μελιτζάνες Ιμάμ μπαϊλντί με πατάτες ή Κοχυλάκι με σάλτσα αλλαντικών & τριμμένο τυρί Σαλάτα
	Συνοδευτικά	Τυρί	Σαλάτα	Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα	Σαλάτα	Κομπόστα
	Ειδικό πιάτο*	Κρέμα σοκολάτα	Φρούτο	Φρούτο	Ρυζόγαλο	Φρούτο		Κρέμα

4 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ		19	20	21	22	23	24	25
		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Γ Ε Υ Μ Α	Πρώτο πιάτο	Πίκλες	Σούπα λαχανικών	Πουρές με μπέικον	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Κρεατόσουπα	Σούπα ζυμαρικών
	Κυρίως πιάτο	Φασόλια φούρνου ή Αρακάς ανάμικτος	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με κριθαράκι ή Χοιρινό λεμονάτο με πιλάφι	Φασολάκια λαδερά με πατάτες ή Φακές	Κοτόπουλο σνίτσελ με λεμονάτη σάλτσα και ρύζι ή Μακαρόνια με κιμά	Βακαλάος φιλέτο ρολό με ρύζι & λαδολέμονο ή Σαρδέλες φιλέτο με πατάτες	Μοσχαράκι γιουβέτσι ή Μπριζόλα χοιρινή κρασάτη με ρύζι Μελιτζανοσαλάτα	Αρνάκι φρικασέ ή Παστίτσιο
	Ειδικό πιάτο*	Τυρί-Ελιές	Σαλάτα		Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα Φρούτο	Φρούτο	Ρωσική σαλάτα
	Συνοδευτικά	Φρούτο	Φρούτο	Τυρί Γλυκό				Γλυκό
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Χορτόσουπα	Τυρόπιτα	Ψαρόσουπα	Μανιταρόσουπα	Σούπα εποχής	Σπανακόπιτα	Πατατόσουπα
	Κυρίως πιάτο	Κους – Κους με κιμά ή Γιουβαρλάκια αυγολέμονο (σούπα)	Σουφλέ λαχανικών με τυριά & μανιτάρια ή Σπανακόρυζο	Σπαγγέτι με θαλασσινά ή Ψαροκροκέτες με σκορδαλιά	Μακαρόνια ογκραντέν ή Ριζότο με μπέικον και μανιτάρια & 1 λουκάνικο Φρανκφούρτης	Λουκάνικα χωριάτικα ψητά με πατάτες ή Πένες “Καρμπονάρα”	Λαχανικά Τουρλού ή Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Γεμιστά με κιμά ή Κανελόνια με κιμά
	Συνοδευτικά	Σαλάτα	Τυρί	Σαλάτα	Σαλάτα	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα	Τυρί
	Ειδικό πιάτο*	Φρούτο	Κρέμα	Φρούτο	Φρούτο		Ζελέ φρούτων	Φρούτο

5^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

26

27

28

29

30

31

		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	
Γ Ε Υ Μ Α	Κυρίως πιάτο	Σούπα του σεφ	Κοτόσουπα	Πίκλες	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Μανιταρόσουπα	
		Φασολάκια λαδερά με πατάτες	Κοτόπουλο ψητό με κοφτό μακαρονάκι	Φασολάδα ή	Κοτόπουλο μπιφτέκι με κριθαράκι	Φιλέτο βακαλάου πανέ με σκορδαλιά ή	Μπριζόλα στη σχάρα με πουρέ ή	
	Ειδικό πιάτο*	ή	ή	Αρακάς ανάμικτος	ή	Ρέγγα φιλέτο με πατάτες	Κοτόπουλο μπιφτέκι με ρύζι & λεμονάτη σάλτσα	
	Συνοδευτικά	Φακές	Σουτζουκάκια σχάρας με ρύζι & σάλτσα μουστάρδας	Τυρί-Ελιές	Χοιρινό λεμονάτο με ανάμικτα λαχανικά	Σαλάτα Φρούτο	Σαλάτα	
		Τυρί	Σαλάτα	Φρούτο	Σαλάτα		Ζελέ φρούτων	
		Φρούτο	Φρούτο		Φρούτο			
Δ Ε Ι Π Ν Ο	Πρώτο πιάτο	Πουρές με μπέικον	Μανιταρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κριθαράκι με τριμμένο τυρί	Χορτόσουπα	Τυρόπιτα	
	Κυρίως πιάτο	Ομελέτα με πατάτες & λουκάνικο ή	Σπανακόρυζο ή	Σπαγγέτι με θαλασσινά ή	Ριζότο λαχανικών με μανιτάρια & 1 λουκάνικο	Κεφτεδάκια με λεμονάτη σάλτσα & ρύζι	Γεμιστά με κιμά ή	
	Συνοδευτικά	Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον	Λαχανικά τουρλού	Πένες με σάλτσα λαχανικών & τριμμένο τυρί	ή	ή Λουκάνικο χωριάτικο ψητό με πατάτες	Μακαρονάκι κοφτό με κιμά	
	Ειδικό πιάτο*	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί	Σαλάτα	Φασολάκια λαδερά με πατάτες & 1 λουκάνικο	Σαλάτα Φρούτο	Τυρί	
			Φρούτο	Φρούτο	Τυρί Φρούτο		Φρούτο	

