

4^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ						
1 Αρακάς λαδερός 2 Σούπα βελούτε μανιτάρια 1 Αρνάκι εξοχικό 2 Μπισόκ στη σχάρα Πουρέ πατάτας 3 Μπούτι κοτόπουλο με πατάτες φούρνου 4 Χοιρινό κοκκινιστό με ρύζι Σαλάτα εποχής βραστή με σάλτσα Λάδι - Δεμόνι, Σαλάτα εποχής ωμή Φρούτο, Γλυκό, Γάλα Φρέσκο	1 Σούπα Οσπρίων (φασόλια) 2 Σούπα Μνινεστρόνες (ζωμός κρέατος με λαχανικά, ζυμαρικά) 1 Λαχανοντολμάδες 2 Πιπεριές γεμιστές 3 Γίγαντες πλακί ¹ 4 Μπιφτέκια στο φούρνο Σαλάτα εποχής ωμή Με λάδι - ξύδι, Σαλάτα εποχής βραστή Μους σοκολάτα, Φρούτο, Γάλα Φρέσκο	1 Πατάτες φούρνου λεμονάτες 2 Μακαρονάκι κοφτό, σάλτσα τομάτα και τυρί τριψιμένο 1 Γαλέος τηγανιτός με σκορδαλιά 2 Σαρδέλα ψητή με πατάτες 3 Γάρβρος με πατάτες 4 Φιλέτο ψαρί με πατάτες στο φούρνο 1 Σαλάτα εποχής ωμή 2 Τυρί φέτα 3 Σαλάτα εποχής βραστή Φρούτο, Φρούτι Ζελέ, Γάλα Φρέσκο	1 Σούπα Οσπρίων (ρεβύθια) 2 Κρεατόσουπα (Ζωμός κρέατος με πάστα) 1 Μοσχαράκι ραγού με πατάτες πουρέ 2 Κοτόπουλο κατσαρόλας κοκκινιστό με πατάτες 3 Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ρύζι 4 Κεφτεδάκια με πατάτες στο φούρνο 1 Σαλάτα εποχής βραστή με σάλτσα Λάδι - Δεμόνι 2 Σαλάτα εποχής ωμή	1 Σούπα Οσπρίων (φακές) 2 Σπανακόπιτα 1 Σουπιές με σπανάκι 2 Κολοκυθάκια γεμιστά 3 Πιπεριές γεμιστές 4 Φασόλια φούρνου 1 Τυρί φέτα 2 Σαλάτα εποχής βραστή 3 Σαλάτα εποχής ωμή	1 Ριζότο 2 Σούπα μινεστρόνες 1 Κοτόπουλο μπούτι με ρύζι 2 Συντζουκάκια στο φούρνο με ρύζι 3 Κοτόπουλο κοκκινιστό με κριθαράκι 4 Χοιρινό λεμονάτο με πατάτες Τυρί φέτα, Σαλάτα εποχής ωμή	1 Μακαρόνια βουνύρου με τυρί τριψιμένο 2 Σούπα κρέμα σπαραγγια 1 Μπιριζόλες χοιρινές στη σχάρα και ρύζι 2 Σουτζουκάκια στο φούρνο με ρύζι 3 Κοτόπουλο κοκκινιστό με κριθαράκι 4 Χοιρινό λεμονάτο με πατάτες Σαλάτα εποχής ωμή Με λάδι - ξύδι Τζατζίκια Γλυκό ταψιού, Φρούτο, Γάλα Φρέσκο
1 Κρεμμυδόσουπα με τυρί τριψιμένο 2 Πατάτες ογκρατέν 1 Ρολό κιμάς 2 Σουφλέ τυρί ¹ 3 Σπαγγέτι ναπολιτέν Σαλάτα εποχής ωμή Με λάδι - ξύδι, Σαλάτα εποχής βραστή Γλυκό Ταψιού, Φρούτο, Γάλα Φρέσκο	1 Χορτόσουπα 2 Πένες ριγκατόνε με βούτυρο και τριψιμένο τυρί ¹ 1 Μουσακάς 2 Γιουβαρλάκια με σάλτσα 3 Σπαγγέτι καρπονόρα Σαλάτα εποχής βραστή με σάλτσα Λάδι - Δεμόνι Σαλάτα εποχής ωμή ¹ Φρούτο, Γιαούρτι, Γάλα Φρέσκο	1 Σούπα βελούτε μανιτάρια 2 Αρακάς λαδερός 1 Ομελέτα με πατάτες και μπέικον 2 Κανελόνια α λα Τσοκάνα (με γέμιση κιμά) 3 Σπετζοφάϊ Πατατοσαλάτα με μαγιονέζα κα, κρεμμύδι σέλινο κ.α. ψυλοκομμένα Σαλάτα εποχής ωμή ¹ Γλυκό κρέμα βανίλια, κανέλα, Φρούτο, Γάλα Φρέσκο	1 Σούπα Μνινεστρόνες (ζωμός κρέατος με λαχανικά και ζυμαρικά) 2 Χορτόσουπα 1 Μελιτζάνες παπούτσακία 2 Λαζανία με βούτυρο και τυρί τριψιμένο 3 Ομελέτα με τυρί ¹ Ρωσική σαλάτα Σαλάτα εποχής ωμή ¹ Φρούτο, Φρούτι Ζελέ, Γάλα Φρέσκο	1 Κρεμμυδόσουπα με τυρί τριψιμένο 2 Τυρόπιτα 1 Μελιτζάνες παπούτσακία 2 Λαζανία με βούτυρο και τυρί τριψιμένο 3 Ομελέτα με τυρί ¹ Σαλάτα εποχής ωμή Με λάδι - ξύδι Σαλάτα εποχής βραστή ¹ Φρούτο, Μους, Γάλα Φρέσκο	1 Κοτόσουπα με ζυμαρικά 2 Μανιτάρια σωτέ με ριζότο Φινανστέρ 1 Μακαρόνια Καρπονάρα ¹ 2 Σουφλέ με τυριά και μπέικον 3 Σπαγγέτι ναπολιτέν Μελιτζανοσαλάτα Σαλάτα εποχής ωμή ¹ Κρέμα καραμελέ, Φρούτο, Γάλα Φρέσκο	

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Σε όλα τα μεσημερινά και βραδινά γεύματα θα προσφέρεται και η ανάλογη ποσότητα ψωμιού