

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ- 1η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ**

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Πρώτο Πιάτο</b>	Κρεατόσουπα Σούπα Οσπρίων (φακές) Ομελέτα με μανιτάρια Σπανακοτυρόπιτα Καστοριάς Πυπεριές φούρνου με τυρί	Σούπα Οσπρίων (φασόλια) Ψαρόσουπα Μπουγιαμπαϊζ (ζωμός ψαριού με τεμάχια ψαριού) Μακεδονική κολοκυθόπιτα Κρέπες (γέμιση με κιμά και κόκκινη σάλτσα) Σουπιές Στιφάδο	Σούπα κρέμα σπαράγγια Σπανακοτυρόπιτα Ψαρόσουπα Μελιτζάνες τυρί Σπανακόπιτα	Σούπα Οσπρίων (φακές) Κουνοπιτίδι ογκραντέν Σούπα με μακαρονάκι και φασόλια Σουφλέ λαζάνια Σουπιές στιφάδο	Σπανακόρυζο Σπαγγέτι με βούτυρο και τριμμένο, σκληρό τυρί Κοτόσουπα αυγολέμονο Σουφλέ πατάτας Μανιτάρια λεμονάτα τηγανητά	Σούπα Οσπρίων (ρεβίθια) Σούπα κρέμα μανιτάρια Σούπα με κοκκινιστό τραχανά Κιμαδοκολούρες Λουκάνικο ψητό	Σουφλέ με κοτόπουλο Σούπα ανοιξιάτικη (ζωμός με αρακά,καρότα,φασόλια) Σούπα βελουτέ πατάτας Μελιτζανόπιτα Σουπιές κρασάτες
<b>Κυρίως Πιάτο 1 ή</b>	<b>Μοσχάρι μπραιζέ (με σάλτσα τομάτας) με πουρέ πατάτας</b>	<b>Γάυρος τηγανιτός με πατατοσαλάτα</b>	<b>Μπακαλιάρος στο φούρνο με πουρέ πατάτας ή σκορδαλιά</b>	<b>Μπριζόλα Χοιρινή στη σχάρα με πατάτες</b>	<b>Κανελόνια αλα Τοσκάνα με κιμά</b>	<b>Σνίτσελ χοιρινό με πουρέ πατάτας</b>	<b>Μοσχάρι γκούλας (πυπεριές,τομάτα,σέλινο,καρότα) με κριθαράκι βουτύρου</b>
<b>2 ή</b>	<b>Σουτζουκάκια στο φούρνο με πουρέ πατάτας</b>	<b>Γαλέος ποσέ με σάλτσα λαδολέμονο και πατάτες βραστές</b>	<b>Φασόλια στο φούρνο</b>	<b>Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες</b>	<b>Κολοκυθάκια γεμιστά με ρύζι, κιμά και σάλτσα</b>	<b>Αρνάκι εζοχικό</b>	<b>Σνίτσελ χοιρινό με πουρέ πατάτας</b>
<b>3 ή</b>	<b>Σπαγγέτι αλα μπολονέζ ή σπαγγέτι ναπολιτέν</b>	<b>Καλαμαράκια κοκκινιστά</b>	<b>Πυπεριές γεμιστές λαδερές με ρύζι και ντομάτα</b>	<b>Μπιφτέκι στη σχάρα με πουρέ πατάτας</b>	<b>Σπαγγέτι φούρνου με τυριά</b>	<b>Μοσχάρι κοκκινιστό με ρύζι</b>	<b>Χοιρινή Μπριζόλα με πατάτες φούρνου</b>
<b>4 ή</b>	<b>Αρνάκι μπλανκέτ</b>	<b>Σπαγγέτι ναπολιτέν</b>	<b>Μακαρόνια Ογκραντέν</b>	<b>Σπανακόρυζο</b>	<b>Φασόλια γίγαντες στο φούρνο</b>	<b>Σπαγγέτι με κιμά ή σπαγγέτι με σάλτσα</b>	<b>Φασολάκια</b>
<b>5 ή</b>	<b>Χοιρινό Κοντοσούβλι του ΣΕΦ (πολύχρωμες πυπεριές και μανιτάρια) με ρύζι μπασμάτι</b>	<b>Ριζότο με Θαλασσινά</b>	<b>Κεφτεδάκια τηγανιτά με πατάτες φούρνου λεμονάτες</b>	<b>Γιοβραδάκια σούπα αυγολέμονο</b>	<b>Καλαμαράκια γιαχνί με πατάτες κοκκινιστές</b>	<b>Γαλοπούλα φιλέτο με ανάμικτα λαχανικά ατμού</b>	<b>Μοσχάρισα μπριζόλα με πατατούλες baby</b>
<b>6</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>
<b>ΔΕΙΠΝΟ Πρώτο Πιάτο</b>	Σούπα Βελουτέ ντομάτας Πένες ριγκατόνε με κρέμα γάλακτος Αρακόσουπα με πράσα Ντολμαδάκια γιαλατζί Κολοκυθάκια φρέσκα τηγανητά	Σούπα Βελουτέ μανιτάρια Σούπα Μινεστρόνε Σούπα γαλοπούλας με λαχανικά Τορτιγιές με πατάτες και φρέσκο κρεμμύδι Κρέπες με γέμιση μανιτάρια	Σούπα κρέμα σέλινο Κοφτό μακαρονάκι με κόκκινη σάλτσα Σούπα κάρδαμο Πατατοσαλάτα με ελιές Βίδες σαλάτα	Κρεμμυδόσουπα με τυρί τριμμένο Τυρόπιτα Καροτόσουπα βελουτέ Τάρτα με σπανάκι Μελιτζανοσαλάτα	Κρεατόσουπα (ζωμός κρέατος με ρύζι) Γιοβραδάκια Κρεατόσουπα μοσχάρι & διάφορα λαχανικά Κρεμμυδόπιτα Κοχυλάκια σαλάτα Πίτσα μαργαρίτα	Σούπα Μινεστρόνε (ζωμός κρέατος με λαχανικά και ζυμαρικά) Ρύζι Φινανσιέρ (αρακά και αλλαντικά σωτέ) Σούπα ριζότο μανιτάρια Σπανακοπιτάκια Λαχανοντολμάδες αυγολέμονο	Σούπα Παρμαντιέ (ζωμός με πατάτες) Σούπα βελουτέ μανιτάρια Σούπα Μινεστρόνε αλά μιλιανέζε Κρέπες με γέμιση τυρί Κροκέτες μπακαλιάρου
<b>Κυρίως Πιάτο 1 ή</b>	<b>Πασίτσιο</b>	<b>Μουσακάς</b>	<b>Μπριάμ (μελιτζάνες, πυπεριές, κολοκύθια)</b>	<b>Καλαμαράκια κοκκινιστά με πατάτες</b>	<b>Σπετζοφάι (χωριάτικο λουκάνικο, πυπεριές, ντομάτα)</b>	<b>Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες</b>	<b>Μελιτζάνες παπουτσάκια</b>
<b>2 ή</b>	<b>Καλτσόνε με πυπεριά, μανιτάρια, ντομάτα και αλλαντικά</b>	<b>Αρακάς</b>	<b>Πένες ριγκατόνε με βούτυρο και τυρί τριμμένο</b>	<b>Πασίτσιο</b>	<b>Μακαρόνια με κιμά ή μακαρόνια με σάλτσα</b>	<b>Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ρύζι</b>	<b>Ριγκατόνι με μανιτάρια</b>
<b>3 ή</b>	<b>Γεμιστά λαδερά</b>	<b>Σουβλάκι κοτόπουλο με λαχανικά σωτέ</b>	<b>Φασολάκια με πατάτες</b>	<b>Λαχανόρυζο</b>	<b>Λαζάνια με βούτυρο και τυρί τριμμένο</b>	<b>Μπάμιες</b>	<b>Ομελέτα με λουκάνικα Φρανκφούρτης</b>
<b>4 ή</b>	<b>Ομελέτα Στραπατσάδα</b>	<b>Αγκινάρες αλα πολίτα</b>	<b>Σουπιές με σπανάκι</b>	<b>Χοιρινό Ρολό γεμιστό (με γραβιέρα και λιαστή ντομάτα) με χυλοπίτες</b>	<b>Χοιρινή τηγανιά (με ελιές, κρεμμύδι και πολύχρωμες πυπεριές) με πουρέ πατάτας</b>	<b>Σουφλέ λαζάνια με αλλαντικά και τυριά</b>	<b>Λουκάνικα Χωριάτικα με πράσο και πουρέ πατάτας</b>
<b>5</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>	<b>Ειδικό Πιάτο</b>

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:**

- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΓΑΡΝΙΤΟΥΡΑ ΓΙΑ ΤΟ ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΣΑΛΑΤΑ-ΤΥΡΙ-ΓΙΑΟΥΡΤΗ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΦΡΟΥΤΟ-ΓΛΥΚΟ-ΡΟΦΗΜΑ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΕΙΔΙΚΟ ΠΙΑΤΟ (ΙΑΤΡΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ-ΝΗΣΤΕΙΑ-ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ-ΧΟΡΤΟΦΑΓΟΙ)
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΠΡΩΙΝΟ (ΚΑΦΕΣ,ΓΑΛΛΑ,ΤΣΑΙ,ΧΥΜΟΣ,ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ,ΒΟΥΤΥΡΟ,ΖΑΧΑΡΗ,ΜΕΛΙ,ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ,ΤΥΡΙ,ΑΥΓΟ,ΚΕΙΚ,ΦΡΟΥΤΟ)

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ- 2η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ**

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Πρώτο Πιάτο	Σούπα Οσπρίων (φακές) Σούπα Μινεστρόνε (ζωμός κρέατος με λαχανικά, ζυμαρικά) Σουφλέ λαζάνια Κολοκυθοκεφτεδες Σουπιές σπανάκι	Ζυμαρικά με γαρίδες Τυρόπιτα Πιτάκια με μυζήθρα Μελιτζανόπιτα Μανιτάρια Λεμονάτα τηγανητά	Σούπα Οσπρίων (ρεβίθια) Ριζότο Κιμαδοκολούρες Ντολμαδάκια γιαλατζί Πίτσα μαργαρίτα	Σούπα Οσπρίων (φασόλια) Μακαρονάκι κοφτό με σάλτσα ντομάτα και σκληρό τυρί Σουφλέ πατάτας Κολοκυθάκια φρέσκα τηγανητά Μελιτζάνες με τυρί	Σούπα Οσπρίων (ρεβίθια) Τυρόπιτα Τορτίγιες με πατάτες και φρέσκο κρεμμύδι Κρέπες με γέμιση Μανιτάρια Σουφλέ λαζάνια	Σούπα Οσπρίων (φακές) Κουνουπίδι ογκραντέν Πατατοσαλάτα με ελιές Σπανάκι τυρί Μελιτζανόπιτα	Σούπα του ΣΕΦ Κρεατόσουπα (ζωμός κρέατος με πάστα) Τάρτα με σπανάκι Μελιτζανοσαλάτα Κιμαδοκολούρες
Κυρίως Πιάτο 1 ή	Μοσχαράκι γιουβέτσι με ζυμαρικά	Φιλέτο γλώσσας με λαχανικά στον ατμό	Μελιτζάνες Ιμάμ Μπαλντί	Μπριζόλα Χοιρινή στη σχάρα με πουρέ πατάτας	Φασολάκια με πατάτες	Χοιρινό σουβλάκι με ριζότο	Μοσχαράκι ραγού με πουρέ πατάτας
2 ή	Μπιφτέκια στη σχάρα με πουρέ πατάτας	Μπακαλιάρος στο φούρνο με πουρέ πατάτας	Μακαρόνια Ογκραντέν	Κοτόπουλο με πατάτες φούρνου	Κανελόνια αλα κρεμ	Κοτόπουλο στο φούρνο με λαχανικά σωτέ	Αρνάκι στο φούρνο λεμονάτο με πατάτες φούρνου
3 ή	Σουβλάκι χοιρινό με πατάτες φούρνου	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι	Μπριάμ (μελιτζάνες, πιπεριές, κολοκύθια)	Μπάμιες	Φασόλια κοκκινιστά φούρνου	Γίγαντες φούρνου	Φακές
4 ή	Σπαγγέτι με κιμά ή σπαγγέτι με σάλτσα	Φασολάκια	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Σουτζουκάκια Σμυρνάικα με ρύζι	Παστίσιο	Μπιφτέκια σχάρας με πατάτες	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ρύζι
5 ή	Κοτόπουλο κρασάτο με χυλοπίτες	Κρέπες με σπανάκι και ανθότυρο	Ρολό κιμά ( Ορλοφ με αυγό) και αγριο ρύζι	Μοσχάρι λεμονάτο με ρύζι και ανάμικτα λαχανικά	Σουφλέ με λαχανικά και τυριά	Χοιρινή Πανσέτα σχάρας με μυρωδικά και πουρέ πατάτας	Κολοκυθάκια γεμιστά με κιμά αυγολέμονο
6	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)
ΔΕΙΠΝΟ Πρώτο Πιάτο	Κρεατόσουπα (ζωμός κρέατος με ρύζι) Σπανακοτυρόπιτα Κρεμμυδόπιτα Κοχυλάκια σαλάτα Πατατοσαλάτα με ελιές	Σούπα κρέμα μανιτάρια Σούπα του ΣΕΦ Σπανακοπιτάκια Λαχανοντολμάδες αυγολέμονο Λουκάνικο ψητό	Σούπα κρέμα σπαράγγια Πατάτες φούρνου Τάρτα με σπανάκι Κροκέτες Μπακαλιάρου Ρεβιθοκεφτέδες	Αρακάς λαδερός Σούπα βελουτέ μανιτάρια Σουφλέ πιπεριές και μανιτάρια Τυροκροκέτες Πατζαροσαλάτα	Χορτόσουπα Σπανακόπιτα Τάρτα με λουκάνικα Πιτάκια με μυζήθρα Κοτόπιτα	Κοτόσουπα βελουτέ Τυρόπιτα Ομελέτα φούρνου Καλαμαράκια κρασάτα Κροκέτες Μπακαλιάρου	Σούπα κρέμα σπαράγγια Κοφτό μακαρονάκι Παραδοσιακή μλίνη Σερρών Πιπεριές Φλωρίνης Ντολμαδάκια γιαλατζί
Κυρίως Πιάτο 1 ή	Κανελόνια αλα Τοσκάνα (με κιμά)	Λαχανοντολμάδες	Τσιπούρα με λαχανικά σωτέ ή Λαυράκι με λαχανικά σωτέ	Αρνάκι στο φούρνο με πατάτες	Γιουβαρλάκια με σάλτσα	Ομελέτα με τυρί και ζαμπόν	Σπαγγέτι με κιμά ή σπαγγέτι με σάλτσα
2 ή	Παστίσιο	Πένες βουτύρου με σκληρό τυρί τριμμένο	Χωριάτικα Λουκάνικα κοκκινιστά με πατάτες	Κανελόνια με σπανάκι	Σπανακόρυζο	Σπαγγέτι Ναπολιταίν	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι
3 ή	Μπριάμ	Γεμιστά με κιμά και ρύζι	Φασολάκια	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με ρύζι	Μακαρόνια Ογκραντέν	Παστίσιο	Μπουτί κοτόπουλο κοκκινιστό με ρύζι
4 ή	Γαλοπούλα με φιογκάκια και κόκκινη σάλτσα	Μελιτζάνες ραγού και τριμμένο τυρί φέτα	Χταπόδι κοκκινιστό με ζυμαρικό	Μοσχάρι με μανέστρα	Ομελέτα φούρνου με λαχανικά και πατάτες	Χάμπουργκερ με μπιφτέκι μόσχου, τυρί τσένταρ, ντομάτα, καραμελωμένο κρεμμύδι και πατάτες τηγανιτές	Φιλέτο μπακαλιάρου παναρισμένο με πατάτες φούρνου λεμονάτες
5	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:**

- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΓΑΡΝΙΤΟΥΡΑ ΓΙΑ ΤΟ ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΣΑΛΑΤΑ-ΤΥΡΙ-ΓΙΑΟΥΡΤΗ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΦΡΟΥΤΟ-ΓΛΥΚΟ-ΡΟΦΗΜΑ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΕΙΔΙΚΟ ΠΙΑΤΟ (ΙΑΤΡΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ-ΝΗΣΤΕΙΑ-ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ-ΧΟΡΤΟΦΑΓΟΙ)
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΠΡΩΙΝΟ (ΚΑΦΕΣ,ΓΑΛΑ,ΤΣΑΙ,ΧΥΜΟΣ,ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ,ΒΟΥΤΥΡΟ,ΖΑΧΑΡΗ,ΜΕΛΙ,ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ,ΤΥΡΙ,ΑΥΓΟ,ΚΕΙΚ,ΦΡΟΥΤΟ)

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ- 3η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ**

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Πρώτο Πιάτο	Σούπα Οσπρίων (φασόλια) Σούπα κρέμα σέλινο Κρεμμυδόσουπα Παντζαροσαλάτα Κοτόπιτα	Πατάτες φούρνου Ζυμαρικά με γαρίδες Σούπα με κρέμα σπανάκι Πίτσα μαργαρίτα Μακεδονίτικη κολοκυθόπιτα	Πίκλες Σούπα Μινεστρόνε Κοζανίτικο κιχί με φέτα και πράσο Λουκάνικο ψητό Κολοκυθόπιτα με τυρί	Σούπα Οσπρίων (φακές) Κοτόσουπα κρέμα Μακεδονίτικη πρασοκιμαδόπιτα Κοτόπιτα Σουφλέ τυριού	Σούπα βελουτέ μανιτάρια Πατάτες φούρνου με τυρί και ζαμπόν Καλαμαράκια βραστά σαλάτα Παντζαροσαλάτα Τορτίγιες με λαχανικά	Σούπα Οσπρίων (ρεβίθια) Σούπα ανοιξιάτικη (Ζωμός με αρακά, καρότα, φασόλια) Τονοσαλάτα Τυροπιτάκια Σουφλέ σπανάκι	Κροκέτες με τυρί κασέρι Σούπα Λαχανικών Καλαμαράκια τηγανητά Τάρτα με σπανάκι Ομελέτα με τυρί
Κυρίως Πιάτο 1 ή	Μπιφτέκι σχάρας με πένες	Βακαλάος στο φούρνο με λαχανικά στον ατμό	Φασόλια γίγαντες	Σνίτσελ χοιρινό τηγανιτό με πουρέ πατάτας	Μπακαλιάρος φούρνου με πατάτες βραστές	Χοιρινό μούτι στο φούρνο με ριζότο	Μοσχαρακι βραστό με πατάτες
2 ή	Σουβλάκι κοτόπουλο με πατάτες φούρνου	Γαλέος τηγανιτός με πατάτες	Πυτεριές γεμιστές (λαδερές)	Μοσχαρακι κοκκινιστό με ρύζι	Γουβαρλάκια με σάλτσα	Μπιφτέκι στη σχάρα με πουρέ πατάτας	Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες φούρνου
3 ή	Μπριζόλα χοιρινή με πατάτες	Καμαράκια κοκκινιστά με ρύζι	Κανελόνια α λα Φλορεντίν (κανελόνια με σπανάκι)	Αρνάκι Μπούτι με μανέστρα	Σπανακόρυζο	Μοσχάρι με πιλάφι	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ρύζι
4 ή	Μπριαμ	Σπαγγέτι ναπολιτέν	Μελιτζάνες Ιμάμ Μπαλντί	Φασολάκια	Κολοκυθάκια γεμιστά (με κιμά και ρύζι με σάλτσα)	Αρακάς με πατάτες	Φασολάκια με πατάτες
5 ή	Κεμπάπ με γιαούρτη και μυρωδικά με πατατούλες baby	Κοτόπουλο κατσαντόρε με ζυμαρικό	Πέρκα λεμονάτη με μυρωδικά και λαχανικά βουτύρου	Κοκοράκι με Χυλοπίτες	Μουσάκας λαχανικών	Χοιρινό καρέ πικέ με γλυκόξηνη σάλτσα και τηγανιτό ρύζι	Πίτσα μαργαρίτα με πατάτες τηγανιτές couptry με μυρωδικά
6	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)
ΔΕΙΠΝΟ Πρώτο Πιάτο	Κρεατόσουπα Τυρόπιτα Λαχανοτολμάδες αιογολέμονο Ομελέτα Στραπατσάδα Σουφλέ ψαριού	Ψαρόσουπα Μπουγιμαπιζι (ζωμός ψαριού με τεμάχια ψαριού) Σπανακοτυρόπιτα Τυρόπιτα στο τηγάνι Φασόλια σαλάτα με τόνο Φιογκάκια σαλάτα	Σούπα κρέμα ντομάτα Πατάτες φούρνου με ρίγανη Σουπιές σπανάκι Κρεατόπιτα Κολοκυθοκεφτεδες με άνηθο και πράσο	Σούπα κρέμα μανιτάρια Σπανακοτυρόπιτα Ομελέτα με μανιτάρια Στριφτή τυρόπιτα Καλαμαράκια βραστά	Σούπα Μινεστρόνε Λαζάνια βουτύρου με τυρί τριμμένο Πίτσα μαργαρίτα Πυτεριές τηγανητές με λαδολέμονο Κρέπες με γέμιση κιμά	Κοτόσουπα Βελουτέ Χορτόσουπα Μακεδονίτικη κολοκυθόπιτα Σαγανάκι με γαρίδες Κοζανίτικο κιχί με φέτα και πράσο	Σούπα κρέμα σπαράγγια Πένες με βούτυρο και τυρί τριμμένο Μελιτζάνες με τυρί Τορτίγιες με λιωμένο τυρί και κιμά Τυρόπιτα στα τηγάνι
Κυρίως Πιάτο 1 ή	Λαχανόρυζο	Μακαρόνια καρμπονάρα	Μουσάκας	Ριγκατόνι σωτέ	Καλαμαράκια κοκκινιστά με ρύζι	Μακαρόνια ναπολιτέν	Κολοκυθοπατάτες
2 ή	Μακαρόνια Ογκραντέν	Πένες βουτύρου με τριμμένο κεφαλοτύρι	Πένες σωτέ	Κανελόνια α λα τσοκάνια με κιμά	Μανιτάρια σωτέ με ριζότο Φινανσιέρ	Κολοκυθάκια (γεμιστά με κιμά και ρύζι με σάλτσα)	Μελιτζάνες παπουτσάκια
3 ή	Μουσάκας	Πυτεριές γεμιστές λαδερές (με ρύζι και ντομάτα)	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ρύζι	Παστίτσιο	Μακαρόνια καρμπονάρα	Αυγά ομελέτα με ζαμπόν	Μακαρόνια με κιμά
4 ή	Γαλέος κοκκινιστός με πουρέ πατάτας	Κρέπες γεμιστές με τυριά και αλλαντικά	Αγκινάρες αλα πολίτα	Φακόρυζο	Μπριαμ	Λουκάνικο με πορτοκάλι στο φούρνο με πουρέ πατάτας	“Club Sandwich” με τυριά και αλλαντικά και πατάτες τηγανιτές
5	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:**

- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΓΑΡΝΙΤΟΥΡΑ ΓΙΑ ΤΟ ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΣΑΛΑΤΑ-ΤΥΡΙ-ΓΙΑΟΥΡΤΗ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΦΡΟΥΤΟ-ΓΛΥΚΟ-ΡΟΦΗΜΑ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΕΙΔΙΚΟ ΠΙΑΤΟ (ΙΑΤΡΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ-ΝΗΣΤΕΙΑ-ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ-ΧΟΡΤΟΦΑΓΟΙ)
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΠΡΩΙΝΟ (ΚΑΦΕΣ,ΓΑΛΑ,ΤΣΑΙ,ΧΥΜΟΣ,ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ,ΒΟΥΤΥΡΟ,ΖΑΧΑΡΗ,ΜΕΛΙ,ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ,ΤΥΡΙ,ΑΥΓΟ,ΚΕΙΚ,ΦΡΟΥΤΟ)

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ- 4η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ**

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Πρώτο Πιάτο</b>	Αρακάς λαδερός Σούπα βελουτέ μανιτάρια Κρεατόσουπα με κριθαράκι Ομελέτα φούρνου	Σούπα οσπρίων (φασόλια) Σούπα Μινεστρόνε (ζωμός κρέατος με λαχανικά, ζυμαρικά) Ντοματόσουπα βελουτέ Σουφλέ πιπεριές και μανιτάρια Πιτάκια με μυζήθρα	Πατάτες φούρνου λεμονάτες Μακαρονάκι κοφτό με σάλτσα ντομάτα και τυρί τριμμένο Χορτόσουπα Τάρτα με λουκάνικα Καλαμαράκια κρασάτα	Σούπα οσπρίων (ρεβίθια) Κρεατόσουπα (ζωμός κρέατος με πάστα) Σούπα κρέμα αγκινάρας Παραδοσιακή μλήνα Σερρών Πιπεριές Φλωρίνης	Σούπα οσπρίων (φακές) Σπανακόπιτα Σούπα κρέμας μπρόκολο Φασόλια σαλάτα με τόνο Εντολαδες με λουκάνικο	Ριζότο Σούπα μινεστρόνε Σούπα κρέμας σπανάκι Κρεατόπιτα Κολοκυθόπιτα με τυρί	Μακαρόνια βουτύρου με σκληρό τυρί τριμμένο Σούπα κρέμα σπαράγγια Ψαρόσουπα Ομελέτα Στραπατσάδα Πιπεριές φούρνου με τυρί
<b>Κυρίως Πιάτο</b> <b>1 ή</b>	Αρνάκι εξοχικό	Λαχανοντολμάδες	Φασολάκια	Μοσχάρκι ραγού με πουρέ πατάτας	Σουπιές με σπανάκι	Κοτόπουλο μπουτί με ρύζι	Μπιριζόλες Χοιρινές στη σχάρα με ρύζι
<b>2 ή</b>	Μπιφτέκια στη σχάρα με πουρέ πατάτας	Πιπεριές γεμιστές	Σαρδέλα ψητή με πατάτες	Κοτόπουλο κατσαρόλας κοκκινιστό με πατάτες	Κολοκυθάκια γεμιστά με ρύζι, κιμά και σάλτσα	Σνίτσελ χοιρινό με πουρέ πατάτας	Σουτζουκάκια στο φούρνο με ρύζι
<b>3 ή</b>	Μπουτί κοτόπουλο με πατάτες φούρνου	Γίγαντες πλάκι	Γαύρος με πατάτες	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ρύζι	Πιπεριές γεμιστές λαδερές (με ρύζι και ντομάτα)	Μοσχάρκι βραστό σούπα	Χοιρινό λεμονάτο με πατάτες
<b>4 ή</b>	Μπάμιες	Χοιρινό λεμονάτο με ρύζι	Γαλέος με πατάτες στο φούρνο	Μπριάμ	Φασόλια φούρνου	Αρακάς με πατάτες	Μπάμιες
<b>5 ή</b>	Ρολό Γαλοπούλας γεμιστό με τυριά και ρύζι μπασιμάτι	Χοιρινά Σκαλοπίνια με σως μουστάρδας και πουρέ πατάτας	Αρνάκι ατζέμ πιλάφι	Χοιρινό σοφρίτο με ρύζι και ανάμικτα λαχανικά	Κρέπες με γέμιση κοτόπουλο και πουρέ πατάτας	Πέκρα στο φούρνο λεμονάτη με πατάτες βραστές	Κοτόπουλο σνίτσελ τηγανιτό με πατάτες ριγανάτες
<b>6</b>	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)	Ειδικό Πιάτο (Βλέπε επισυναπτόμενο κατάλογο Ειδικών Μενού)
<b>ΔΕΙΠΝΟ</b> <b>Πρώτο Πιάτο</b>	Κρεμμυδόσουπα με τυρί τριμμένο Πατάτες Ογκραντέν Σούπα γαλοπούλας με λαχανικά Σουφλέ σπανάκι Σουφλέ τυριού	Χορτόσουπα Πένες ριγκατόνε με βούτυρο και τριμμένο τυρί Σούπα βελουτέ πατάτας Στριφτή τυρόπιτα Κοζανίτικη Τορτίγιες με λαχανικά	Σούπα βελουτέ μανιτάρια Αρακάς λαδερός Αρακόσουπα με πράσα Τυροπιτάκια Κρέπες με γέμιση τυρί	Σούπα Μινεστρόνε (ζωμός κρέατος με λαχανικά και ζυμαρικά) Χορτόσουπα Κοτόσουπα αυγολέμονο Πιπεριές τηγανιτές Ομελέτα με τυρί	Κρεμμυδόσουπα με τυρί τριμμένο Τυρόπιτα Σούπα με μακαρονάκι και φασόλια Χορτόπιτα Σουφλέ ψαριού	Σούπα κρέμα Παρμαντιέ (πατάτα) Κρεατόσουπα Καρτόσουπα βελουτέ με πράσα Τορτίγιες με λιωμένο τυρί και κιμά Φιογκάκια σαλάτα	Κοτόσουπα με ζυμαρικά Μανιτάρια σωτέ με ριζότο Φινανσιέρ Σούπα Μινεστρόνε Ντοματοκεφτέδες Κολοκυθοκεφτέδες με άνηθο και πράσο
<b>Κυρίως Πιάτο</b> <b>1 ή</b>	Τσιπούρα με λαχανικά σωτέ ή Λαυράκι με λαχανικά σωτέ	Μουσακάς	Ομελέτα με πατάτες και μπέικον	Μακαρόνια Ογκραντέν	Μελιτζάνες παπουτσάκια	Μανιτάρια σωτέ με ρύζι	Μακαρόνια καρμπονάρα
<b>2 ή</b>	Σουφλέ τυρί	Γιουβαρλάκια με σάλτσα	Λαχανόρυζο	Σπανακόρυζο	Λαζάνια με βούτυρο και σκληρό τυρί τριμμένο	Κανελόνια α λα τοσκάνα ( με κιμά )	Σουφλέ με τυριά και μπέικον
<b>3 ή</b>	Σπαγγέτι ναπολιτέν	Πένες σωτέ με μανιτάρια	Σπετζοφάι (Χωριάτικο λουκάνικο, πιπεριές, ντομάτα)	Σουφλέ με τυριά	Ομελέτα με λουκάνικα Φρανκφούρτης	Σπαγγέτι καρμπονάρα	Σπαγγέτι ναπολιτέν
<b>4 ή</b>	Καλαμαράκια με μανέστρα κοκκινιστή	Μελιτζάνες ραγού	Φασόλια μαυρομάτικα κοκκινιστά	Αρνάκι στο φούρνο με πατάτες λεμονάτες	Ριγκατόνι με τέσσερα (4) τυριά	Μοσχάρκι με κολοκυθάκια και μελιτζάνες	Μπιφτέκι Γαλοπούλας με λαχανικά σχάρας
<b>5</b>	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο	Ειδικό Πιάτο

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:**

- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΓΑΡΝΙΤΟΥΡΑ ΓΙΑ ΤΟ ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΣΑΛΑΤΑ-ΤΥΡΙ-ΓΙΑΟΥΡΤΗ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΩΣ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΦΡΟΥΤΟ-ΓΛΥΚΟ-ΡΟΦΗΜΑ
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΕΙΔΙΚΟ ΠΙΑΤΟ (ΙΑΤΡΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ-ΝΗΣΤΕΙΑ-ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ-ΧΟΡΤΟΦΑΓΟΙ)
- ✓ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΠΡΩΙΝΟ (ΚΑΦΕΣ,ΓΑΛΑ,ΤΣΑΙ,ΧΥΜΟΣ,ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ,ΒΟΥΤΥΡΟ,ΖΑΧΑΡΗ,ΜΕΛΙ,ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ,ΤΥΡΙ,ΑΥΓΟ,ΚΕΙΚ,ΦΡΟΥΤΟ)