

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2025**

ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 8	Τρίτη 9	Τετάρτη 10	Πέμπτη 11	Παρασκευή 12
ΠΡΩΙΝΟ					Δημητριακά ή Αυγό βραστό, τυρί, ψωμί
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ					Φρέσκο Γάλα Σπιτική πίτσα λαχανικών ή Ανάμεικτα λαχανικά Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 15	Τρίτη 16	Τετάρτη 17	Πέμπτη 18	Παρασκευή 19
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα κεράσι ή ψωμί με κασέρι	Σπιτικό κέικ σοκολάτας ή ψωμί με γαλοπούλα	Ψωμί με κασέρι ή ταχίνι με κακάο	Αυγόφετες με τυρί ή μέλι ή δημητριακά	Χειροποίητα τυροπιτάκια ή σπανακοπιτάκια
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Πέννες μακαρόνια Σπιτική σάλτσα ντομάτας - πιπεριάς, Κεφαλοτύρι, σαλάτα	Γαρίδες κοκκινιστές με ρύζι σαλάτα	Φακές Σαλάτα εποχής, ψωμί, γλυκό (ζελέ κεράσι)	Κεμπάπ κρέας με κριθαράκι σαλάτα εποχής	Πατάτες φούρνου λεμονάτες Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 22	Τρίτη 23	Τετάρτη 24	Πέμπτη 25	Παρασκευή 26
ΠΡΩΙΝΟ	Τοστ με κασέρι ή ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο	Σπιτική μηλόπιτα ή ψωμί με γαλοπούλα	Μπουγάτσα κρέμα ή αυγό βραστό, τυρί, ψωμί	Χειροποίητο ελαιόψωμο ή δημητριακά	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα βερούκοκκο ή ψωμί με κασέρι
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Μακαρόνια με κιμά Κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής	Κοτόσουπα Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής, ψωμί	Φακές Σαλάτα εποχής, ψωμί, γλυκό (χαλβάς σμιγδάλι)	Κεφτεδάκια με κριθαράκι Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής	Σπιτική πίτσα μαργαρίτα ή Αρακάς πατάτες τυρί φέτα, σαλάτα εποχής
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 29	Τρίτη 30			
ΠΡΩΙΝΟ	Τοστ ανάμεικτο ή Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο	Σπιτικό κέικ αλμυρό ή ψωμί με βούτυρο και μέλι			
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα			
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Βίδες μακαρόνια Σάλτσα λαχανικών, Κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής	Κοκκινιστό κρέας με πατάτες Σαλάτα εποχής			

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ
ΠΛΑΤΩΝ