

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2025**

ΗΜΕΡΑ			Τετάρτη 1	Πέμπτη 2	Παρασκευή 3
ΠΡΩΙΝΟ	 ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ ΠΛΑΤΩΝ		Ψωμί με κασέρι ή Δημητριακά	Σπιτικό κέικ βανίλιας ή χψμί με γαλοπούλα	Βούτυρο με μαρμελάδα βερύκοκκο ή Αυγό βραστό, τυρί, ψωμί
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ			Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
			Φακές Σαλάτα εποχής, ψωμί, σπιτικό γλυκό (χαλβάς σιμιγδάλι)	Κοτόσουπα Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Κριθαρότο Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 6	Τρίτη 7	Τετάρτη 8	Πέμπτη 9	Παρασκευή 10
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα κεράσι ή ψωμί με κασέρι	Ψωμί με ταχίни και κακάο ή ψωμί με γαλοπούλα	Αυγόφτετες με τυρί ή μέλι	Σπιτικό κέικ αλμυρό ή ψωμί με βούτυρο και μέλι	Ψωμί με κασέρι ή ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα βερύκοκκο
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Μακαρόνια πέννες με σπιτική σάλτσα ντομάτας Κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής	Γιουβαρλάκια Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής, ψωμί	Φασολάδα Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής, ψωμί, γλυκό (ζελέ φρούτων)	Κοτόπουλο με κριθαράκι Σαλάτα εποχής, ψωμί	Γιαχνί πατάτες Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 13	Τρίτη 14	Τετάρτη 15	Πέμπτη 16	Παρασκευή 17
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο ή δημητριακά	Χειροποίητο τυρόψωμο ή ταχίни με κακάο	Σπιτικό κέικ σοκολάτας ή ψωμί με γαλοπούλα	ΑΡΓΙΑ	Τοστ με ανάμεικτο ή ψωμί με βούτυρο και μέλι
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα		Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Πέννες μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών Κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής	Κοτομπουκιές με ρύζι Σαλάτα εποχής, Τυρί φέτα	Φακές Σαλάτα εποχής, ψωμί, σπιτικό γλυκό (ρεβανί)		Φασολάκια λαδερά Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής, ψωμί ή σπιτική πίτσα μαργαρίτα
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 20	Τρίτη 21	Τετάρτη 22	Πέμπτη 23	Παρασκευή 24
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα βερύκοκκο ή Ψωμί με κασέρι	Σπιτικό κέικ καρότου ή ψωμί με γαλοπούλα	Χειροποίητο ελαιόψωμο ή ταχίни με κακάο	Αυγόφτετες με τυρί ή μέλι	Ψωμί με κασέρι ή μαρμελάδα κεράσι
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Βίδες μακαρόνια με κιμά Κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής	Ανάμεικτα λαχανικά Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής, ψωμί	Φασολάδα Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής, ψωμί, σπιτικό γλυκό (κορμός σοκολάτας)	Κεφτεδάκια με ρύζι Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής	Πατάτες φούρνου λεμονάτες Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 27	Τρίτη 28	Τετάρτη 29	Πέμπτη 30	Παρασκευή 31
ΠΡΩΙΝΟ	Τοστ με κασέρι ή Δημητριακά	ΑΡΓΙΑ	Μπουγάτσα με κρέμα ή Αυγό βραστό, τυρί, ψωμί	Χειροποίητο κασεροκούλουρο ή ψωμί με βούτυρο και μέλι	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο ή ψωμί με κασέρι
	Φρέσκο Γάλα		Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Κοραλάκια με σάλτσα λαχανικών Κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής		Φακές Σαλάτα εποχής, ψωμί, σπιτικό γλυκό (ζελέ κεράσι)	Κοτόπουλο κοκκινιστό με κριθαράκι Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής	Γιαχνί πατάτες ή σπιτική πίτσα λαχανικών Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής