

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΥ
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2026

ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 5	Τρίτη 6	Τετάρτη 7	Πέμπτη 8	Παρασκευή 9
ΠΡΩΙΝΟ			Ψωμί με κασέρι	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο	Αυγόφετες αλμυρές ή γλυκές
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ			Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ			Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
			Φακές Σαλάτα, ψωμί	Κοτόσουπα Τυρί φέτα, σαλάτα	Πατάτες γιαχνί Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 12	Τρίτη 13	Τετάρτη 14	Πέμπτη 15	Παρασκευή 16
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα κεράσι	Σπιτική μηλόπιτα	Χειροποίητο τυρόψωμο	Αυγό βραστό, τυρί φέτα, ψωμί	Ψωμί με κασέρι
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Πέννες μακαρόνια ή αστράκι Σάλτσα ντομάτας, κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής	Γιουβαρλάκια Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Φασολάδα Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Ψαρόσουπα ή σούπα λαχανικών Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Κριθαρότο Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 19	Τρίτη 20	Τετάρτη 21	Πέμπτη 22	Παρασκευή 23
ΠΡΩΙΝΟ	Κουλούρι σησαμένιο	Σπιτικό κέικ βανίλιας	Χειροποίητο ελαιόψωμο	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα βερύκοκκο	Τοστ με κασέρι
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Μακαρονάκι κοφτό Σάλτσα λαχανικών, κεφαλοτύρι, σαλάτα	Κρεατόσουπα Σαλάτα εποχής, ψωμί	Φακές Σαλάτα εποχής, ψωμί	Κοτόπουλο με ρύζι ή κοτόσουπα Τυρί φέτα, σαλάτα	Ανάμεικτα λαχανικά Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 26	Τρίτη 27	Τετάρτη 28	Πέμπτη 29	Παρασκευή 30
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο	Χειροποίητα τυροπιτάκια	Σπιτικό κέικ καρότου	Ψωμί με κασέρι	Αυγόφετες αλμυρές ή γλυκές
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Βίδες μακαρόνια ή αστράκι Κεφαλοτύρι, σαλάτα	Κεφτεδάκια με κριθαράκι Τυρί φέτα, Σαλάτα	Φασολάδα Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Πατάτες φούρνου λεμονάτες Τυρί φέτα, σαλάτα	Ριζότο λαχανικών Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής
	Η παιδιάτρος Τσίγκα Αθανασία Οι μαγείρισσες Τζατζάλα Άννα Παπαγεωργίου Πηνελόπη		 ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ ΠΛΑΤΩΝ		