

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2026**

ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 5	Τρίτη 6	Τετάρτη 7	Πέμπτη 8	Παρασκευή 9
ΠΡΩΙΝΟ	 ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ ΠΛΑΤΩΝ			Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο ή ψωμί με κασέρι	Αυγόφετες αλμυρές ή γλυκές ή Δημητριακά
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ				Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
				Κοτόπουλο με ρύζι Τυρί φέτα, σαλάτα	Πατάτες γιαχνί Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 12	Τρίτη 13	Τετάρτη 14	Πέμπτη 15	Παρασκευή 16
ΠΡΩΙΝΟ	Τοστ με κασέρι ή Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα κεράσι	Σπιτική μηλόπιτα ή ψωμί με γαλοπούλα	Χειροποίητο τυρόψωμο ή ψωμί με βούτυρο και μέλι	Corn flakes ή αυγό βραστό, τυρί φέτα, ψωμί	Μπουγάτσα κρέμα ή Ψωμί με κασέρι
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Πέννες μακαρόνια Σάλτσα ντομάτας, κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής	Γιουβαρλάκια Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Φασολάδα Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί, σπιτικό γλυκό (κορμός σοκολάτας)	Κεμπάπ με πατάτες φούρνου Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Κριθαρότο ή σπιτική πίτσα μαργαρίτα Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 19	Τρίτη 20	Τετάρτη 21	Πέμπτη 22	Παρασκευή 23
ΠΡΩΙΝΟ	Κουλούρι σησαμένιο ή ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο	Σπιτικό κέικ βανίλιας ή ψωμό με γαλοπούλα	Χειροποίητο ελαιόψωμο ή ψωμί με βούτυρο και μέλι	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα βερύκοκκο ή τυροπιτάκια	Τοστ με κασέρι ή Δημητριακά
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Σπαγγέτι με κιμά Σάλτσα λαχανικών, κεφαλοτύρι, σαλάτα	Πατάτες ογκρατέν Σαλάτα εποχής, ψωμί	Φακές Σαλάτα, ψωμί, σπιτικό γλυκό (χαλβάς σιμιγδάλι)	Κοτομπουκιές με ρύζι 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 κεράσι ή ψωμί με γαλοπούλα	Χειροποίητα τυροπιτάκια ή ψωμί με ταχίνι και κακάο	Σπιτικό κέικ καρότου ή κασεροκούλουρο	Ψωμί με κασέρι ή ψωμί με βούτυρο και μέλι	Corn flakes ή Αυγόφετες αλμυρές ή γλυκές
	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα	Φρέσκο Γάλα
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Βίδες μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών Κεφαλοτύρι, σαλάτα	Κεφτεδάκια με κριθαράκι Τυρί φέτα, Σαλάτα	Φασολάδα Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί, Σπιτικό γλυκό (ζελέ φρούτων)	Πατάτες φούρνου λεμονάτες Τυρί φέτα, σαλάτα	Ριζότο λαχανικών ή σπιτική πίτσα λαχανικών Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής