


**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΥ
ΙΟΥΛΙΟΣ 2026**

ΗΜΕΡΑ			Τετάρτη 1	Πέμπτη 2	Παρασκευή 3
ΠΡΩΙΝΟ	Η παιδιάτρος Τσίγκα Αθανασία Οι μαγείρισσες Τζατζάλα Άννα Παπαγεωργίου Πηνελόπη		Ψωμί με κασέρι	Σπιτικό κέικ βανίλιας	Ψωμί με μαρμελάδα ροδάκινο
			Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα
			Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ			Φακές Σαλάτα, ψωμί	Κοτόπουλο με κριθαράκι Τυρί φέτα, σαλάτα	Ανάμεικτα λαχανικά Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ					
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 6	Τρίτη 7	Τετάρτη 8	Πέμπτη 9	Παρασκευή 10
ΠΡΩΙΝΟ	Αυγό βραστό με τυρί φέτα, ψωμί	Σπιτικό κέικ σοκολάτας	Κουλούρι σησαμένιο	Χειροποίητο κασεροκούλουρο	Ψωμί με μαρμελάδα βερούκοκκο
	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Βίδες μακαρόνια με σπιτική σάλτσα ντομάτας ή αστράκι Κεφαλοτύρι σαλάτα	Ψαρόσουπα ή σούπα λαχανικών Σαλάτα, ψωμί	Φασολάδα Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Κοτόπουλο με ρύζι ή κοτόσουπα Τυρί φέτα, σαλάτα	Πατάτες γιαχνί Τυρί φέτα, σαλάτα
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 13	Τρίτη 14	Τετάρτη 15	Πέμπτη 16	Παρασκευή 17
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με κασέρι	Χειροποίητο τυροκούλουρο	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα κεράσι	Σπιτικό κέικ καρότου	Αυγό βραστό, τυρί φέτα, ψωμί
	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Κοφτό μακαρονάκι Κεφαλοτύρι, σαλάτα	Κοτόπουλο με κριθαράκι Τυρί φέτα, σαλάτα	Φακές Σαλάτα, ψωμί	Γιουβαρλάκια Τυρί φέτα, σαλάτα	Φασολάκια λαδερά Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 20	Τρίτη 21	Τετάρτη 22	Πέμπτη 23	Παρασκευή 24
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα βερούκοκκο	Σπιτική μηλόπιτα	Κουλούρι σησαμένιο	Ψωμί με ταχίνι και κακάο	Τοστ με κασέρι
	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Πέννες μακαρόνια με σπιτική σάλτσα λαχανικών ή Κουσκουσάκι Κεφαλοτύρι, σαλάτα	Κρεατόσουπα Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Φασολάδα Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Ριζότο λαχανικών Τυρί φέτα, σαλάτα	Αρακάς-πατάτες Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 27	Τρίτη 28	Τετάρτη 29	Πέμπτη 30	Παρασκευή 31
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο	Χειροποίητο ελαιόψωμο	Ψωμί με κασέρι	Σπιτικό κέικ αλμυρό	Αυγό βραστό, τυρί φέτα, ψωμί
	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Φιογκάκια ή αστράκι Κεφαλοτύρι σαλάτα	Κεφτεδάκια με κριθαράκι Τυρί φέτα, Σαλάτα εποχής	Φακές Σαλάτα, ψωμί	Κοτόσουπα Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Μπριάζμ Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί