


**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ  
ΙΟΥΛΙΟΣ 2026**

ΗΜΕΡΑ	Τετάρτη 1		Πέμπτη 2	Παρασκευή 3	
ΠΡΩΙΝΟ	ΜΠΟΥΦΕΣ		ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	 <b>ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ ΠΛΑΤΩΝ</b>		Φακές   Σαλάτα, ψωμί, γλυκό (ζελέ κεράσι)	Κοτομπουκιές με κριθαράκι   Τυρί φέτα, σαλάτα	Ανάμεικτα λαχανικά   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 6	Τρίτη 7	Τετάρτη 8	Πέμπτη 9	Παρασκευή 10
ΠΡΩΙΝΟ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Βίδες μακαρόνια με σπιτική σάλτσα ντομάτας και βασιλικό   Κεφαλοτύρι σαλάτα	Μπριζόλες με πατάτες φούρνου   Σαλάτα, τυρί φέτα	Φασολάδα   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί, σπιτικό γλυκό (κορμός σοκολάτας)	Κοτόπουλο φούρνου με ρύζι   Τυρί φέτα, σαλάτα	Σπιτική πίτσα λαχανικών ή Πατάτες γιαχνί   Τυρί φέτα, σαλάτα
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 13	Τρίτη 14	Τετάρτη 15	Πέμπτη 16	Παρασκευή 17
ΠΡΩΙΝΟ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Σπαγγέτι με κιμά   Κεφαλοτύρι, σαλάτα	Φιλέτο κοτόπουλο με κριθαράκι   Τυρί φέτα, σαλάτα	Φακές   Σαλάτα, ψωμί, γλυκό (ζελέ μπανάνα)	Μπιφτέκι με ρύζι   Τυρί φέτα, σαλάτα	Φασολάκια λαδερά   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 20	Τρίτη 21	Τετάρτη 22	Πέμπτη 23	Παρασκευή 24
ΠΡΩΙΝΟ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Πέννες μακαρόνια με σπιτική σάλτσα λαχανικών   Κεφαλοτύρι, σαλάτα	Γκούλας με πατάτες φούρνου   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Φασολάδα   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί, σπιτικό γλυκό (παγωτό)	Κοτομπουκιές με ριζότο λαχανικών   Τυρί φέτα, σαλάτα	Σπιτική πίτσα μαργαρίτα ή Αρακάς-πατάτες   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 27	Τρίτη 28	Τετάρτη 29	Πέμπτη 30	Παρασκευή 31
ΠΡΩΙΝΟ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ	ΜΠΟΥΦΕΣ
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Ογκρατέν μακαρόνια   Κεφαλοτύρι σαλάτα	Κεφτεδάκια με κριθαράκι   Τυρί φέτα, Σαλάτα εποχής	Φακές   Σαλάτα, ψωμί, σπιτικό γλυκό (χαλβάς σιμιγδάλι)	Κοτόσουπα   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Μπριάμ φούρνου   Τυρί φέτα, σαλάτα