

**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΑΤΡΩΝ
ΦΟΙΤΗΤΙΚΗ ΕΣΤΙΑ ΠΑΤΡΑΣ**

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΑΓΗΤΟΥ ΑΠΟ 1/4/2022 ΕΩΣ 17/4/2022

ΗΜ/ΝΙΑ	ΠΡΩΙΝΟ	ΓΕΥΜΑ		ΔΕΙΠΝΟ			
		ΜΕΝΟΥ	ΣΑΛΑΤΕΣ	ΜΕΝΟΥ	ΣΑΛΑΤΕΣ		
1/4/22 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΕΛΙ ΖΑΜΠΟΝ-ΤΥΡΙ	Α	ΦΑΚΕΣ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No: 5, 7, 8 ΓΛΥΚΟ	Α	ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No : 5, 10 ΦΡΟΥΤΟ
		Β	ΓΙΓΑΝΤΕΣ ΠΛΑΚΙ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ		Β	ΠΙΤΣΑ SPECIAL (ΤΥΡΙ-ΖΑΜΠΟΝ-ΜΠΕΙΚΟΝ, ΠΙΠΕΡΙΑ) Ή ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ	
2/4/22 ΣΑΒΒΑΤΟ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ-ΑΥΓΟ	Α	ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No : 4, 5 ΦΡΟΥΤΟ	Α	ΑΡΑΚΑΣ ΛΑΔΕΡΟΣ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No : 5, 10 ΦΡΟΥΤΟ
		Β	ΜΠΡΙΑΜ ΦΟΥΡΝΟΥ – ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ		Β	ΤΟΡΤΕΛΙΝΙΑ ΚΑΡΜΠΟΝΑΡΑ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	
3/4/22 ΚΥΡΙΑΚΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΕΡΕΝΤΑ ΖΑΜΠΟΝ-ΤΥΡΙ	Α	ΧΟΙΡΙΝΟ ΛΕΜΟΝΑΤΟ ΡΥΖΟΤΟ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No: 4, 5 ΦΡΟΥΤΟ	Α	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΛΑΔΕΡΑ ΤΥΡΟΠΙΤΑΚΙ ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΟ	No : 5, 10 ΦΡΟΥΤΟ
		Β	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ΜΕ ΛΑΖΑΝΑΚΙ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ		Β	ΣΠΑΝΑΚΟΥΡΥΖΟ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	
4/4/22 ΔΕΥΤΕΡΑ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΕΛΙ ΤΥΡΟΠΙΤΑ	Α	ΠΕΝΕΣ ΚΑΡΜΠΟΝΑΡΑ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No: 4, 5 ΦΡΟΥΤΟ	Α	ΠΑΤΑΤΕΣ ΓΙΑΧΝΙ ΜΕ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No : 2, 5 ΦΡΟΥΤΟ
		Β	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ		Β	ΣΠΕΤΣΟΦΑΙ ΒΟΛΙΩΤΙΚΟ – ΡΥΖΟΤΟ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	
5/4/22 ΤΡΙΤΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΝΤΟΝΑΤΣ	Α	ΜΟΣΧΑΡΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No: 4, 5 ΦΡΟΥΤΟ	Α	ΣΠΑΝΑΚΟΤΥΡΟΠΙΤΑ-ΠΑΤΑΤΕΣ (ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ-ΜΕΛΙ)	No : 5, 10 ΦΡΟΥΤΟ
		Β	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ		Β	ΛΑΧΑΝΟΥΡΥΖΟ – ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	
6/4/22 ΤΕΤΑΡΤΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ – ΜΕΡΕΝΤΑ ΚΕΙΚ	Α	ΓΑΡΙΔΕΣ ΣΑΓΑΝΑΚΙ , ΠΙΛΑΦΙ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No: 5 , 6 ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΟ	Α	ΣΟΥΤΖΟΥΚΑΚΙΑ ΣΜΥΡΝΕΙΚΑ – ΡΥΖΟΤΟ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No : 5, 10 ΦΡΟΥΤΟ
		Β	ΓΑΛΕΟΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ & ΓΛΩΣΣΑ ΤΗΓΑΝΗΤΗ		Β	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΜΑΤΡΙΤΣΙΑΝΑ- ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	
7/4/22 ΠΕΜΠΤΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ ΑΡΤΟΣ ΜΕΛΙ ΤΥΡΟΠΙΤΑ	Α	ΧΟΙΡΙΝΟ ΕΞΟΧΙΚΟ ΜΕ ΠΙΠΕΡΙΕΣ, ΚΑΡΟΤΟ, ΣΚΛΗΡΟ ΤΥΡΙ , ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ, ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ	No: 4, 5 ΦΡΟΥΤΟ	Α	ΡΙΓΚΑΤΟΝΙ ΚΑΡΜΠΟΝΑΡΑ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No : 2, 5 ΦΡΟΥΤΟ
		Β	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΓΙΟΥΒΕΤΣΙ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ		Β	ΑΡΑΚΑΣ ΛΑΔΕΡΟΣ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	
8/4/22 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ – ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΑΥΓΟ	Α	ΦΑΚΕΣ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No: 5 , 7 ,8 ΓΛΥΚΟ	Α	ΒΙΔΕΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ -ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No : 5, 10 ΦΡΟΥΤΟ
		Β	ΡΕΒΥΘΙΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ		Β	ΠΙΤΣΑ SPECIAL (ΤΥΡΙ-ΖΑΜΠΟΝ-ΜΠΕΙΚΟΝ, ΠΙΠΕΡΙΑ) Ή ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ -ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ	

9/4/22 ΣΑΒΒΑΤΟ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΕΡΕΝΤΑ ΖΑΜΠΟΝ-ΤΥΡΙ	Α	ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No: 4, 5	Α	ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ Ή ΧΩΡΙΣ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ & ΤΥΡΙΑ – ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ	No : 2, 5
		Β	ΑΡΑΚΑΣ ΛΑΔΕΡΟΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ & ΤΥΡΟΠΙΤΑ	ΦΡΟΥΤΟ	Β	ΣΠΑΝΑΚΟΥΡΥΖΟ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΦΡΟΥΤΟ
10/4/22 ΚΥΡΙΑΚΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΕΛΙ ΖΑΜΠΟΝ-ΤΥΡΙ	Α	ΧΟΙΡΙΝΟ ΑΛΑ ΜΠΟΤΣΑΡΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ	No : 2, 5	Α	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΛΑΔΕΡΑ – ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No : 5, 10
		Β	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ΜΕ ΛΑΖΑΝΑΚΙ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	ΦΡΟΥΤΟ	Β	ΖΑΜΠΟΝΟΤΥΡΟΠΙΤΑ –ΠΑΤΑΤΕΣ (ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ-ΜΕΛΙ)	ΦΡΟΥΤΟ
11/4/22 ΔΕΥΤΕΡΑ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ- ΤΥΡΟΠΙΤΑ	Α	ΤΟΡΤΕΛΙΝΙΑ ΚΑΡΜΠΟΝΑΡΑ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No: 4, 5	Α	ΠΑΤΑΤΕΣ ΓΙΑΧΝΙ ΜΕ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No : 2, 5
		Β	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	ΦΡΟΥΤΟ	Β	ΛΑΧΑΝΟΥΡΥΖΟ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΓΙΑΟΥΡΤΙ
12/4/22 ΤΡΙΤΗ	ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΕΡΕΝΤΑ ΝΤΟΝΑΤΣ	Α	ΧΟΙΡΙΝΗ ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΨΗΤΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ	No: 4, 5	Α	ΑΡΑΚΑΣ ΛΑΔΕΡΟΣ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No : 5, 10
		Β	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΑΛΑ ΚΡΕΜ ΜΕ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΦΙΟΓΚΑΚΙΑ – ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	ΦΡΟΥΤΟ	Β	ΓΙΟΥΒΕΤΣΙ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	ΦΡΟΥΤΟ
13/4/22 ΤΕΤΑΡΤΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ – ΜΕΛΙ ΚΕΙΚ	Α	ΚΑΛΑΜΑΡΑΚΙΑ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΑ ΠΙΛΑΦΙ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No: 5 , 6	Α	ΣΟΥΒΛΑΚΙ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ – ΠΙΤΑ	No : 5, 10
		Β	ΓΛΩΣΣΑ ΤΗΓΑΝΗΤΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ	ΦΡΟΥΤΟ	Β	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΜΑΤΡΙΤΣΙΑΝΑ- ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	ΦΡΟΥΤΟ
14/4/22 ΠΕΜΠΤΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΛΟΥΚΟΥΜΑΣ	Α	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΣΩΣ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ ΡΥΖΟΤΟ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No: 4, 5	Α	ΠΕΝΕΣ ΚΑΡΜΠΟΝΑΡΑ – ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No : 5, 10
		Β	ΧΟΙΡΙΝΟ ΕΞΟΧΙΚΟ ΜΕ ΠΙΠΕΡΙΕΣ, ΚΑΡΟΤΟ, ΣΚΛΗΡΟ ΤΥΡΙ ,ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ, ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ	ΦΡΟΥΤΟ	Β	ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ Ή ΧΩΡΙΣ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ & ΤΥΡΙΑ – ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ	ΦΡΟΥΤΟ
15/4/22 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΕΡΕΝΤΑ ΑΥΓΟ	Α	ΦΑΚΕΣ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No: 5 , 7 ,8	Α	ΒΙΔΕΣ ΤΡΙΚΟΛΟΡΕ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ – ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	No : 2, 5
		Β	ΦΑΣΟΛΑΔΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΓΛΥΚΟ	Β	ΠΙΠΣΑ SPECIAL (ΤΥΡΙ-ΖΑΜΠΟΝ-ΜΠΕΙΚΟΝ, ΠΙΠΕΡΙΑ) Ή ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ - ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ	ΦΡΟΥΤΟ
16/4/22 ΣΑΒΒΑΤΟ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΕΡΕΝΤΑ ΖΑΜΠΟΝ-ΤΥΡΙ	Α	ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ – ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No: 4, 5	Α	ΠΑΤΑΤΕΣ ΓΙΑΧΝΙ ΜΕ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No : 5, 10
		Β	ΜΠΡΙΑΜ ΦΟΥΡΝΟΥ – ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΦΡΟΥΤΟ	Β	ΣΠΑΝΑΚΟΥΡΥΖΟ – ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΦΡΟΥΤΟ
17/4/22 ΚΥΡΙΑΚΗ	ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕΣ-ΤΣΑΙ-ΧΥΜΟΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΑΡΤΟΣ ΜΕΡΕΝΤΑ ΖΑΜΠΟΝ-ΤΥΡΙ	Α	ΓΑΛΕΟΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ	No : 5, 10	Α	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΛΑΔΕΡΑ – ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	No : 5, 10
				ΦΡΟΥΤΟ	Β	ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ	ΦΡΟΥΤΟ

ΣΑΛΑΤΕΣ :

No 1 (μαρούλι , ρόκα, κρεμμυδάκι φρέσκο)

No 2 (ντομάτα , κρεμμύδι , πιπεριά , ελιές , φέτα)

No 3 (λάχανο άσπρο , κόκκινο , καρότο)

No 4 (μαρούλι, ρόκα , κρουτόν , καλαμπόκι)

No 5 (λάχανο άσπρο ,κόκκινο, καρότο, πιπεριές φλωρίνης)

No 6 (κουνουπίδι ή μπρόκολο βραστό , καρότο, πατάτες)

No 7 (πατατοσαλάτα)

No 8 (ταραμοσαλάτα)

No 9 (πιπεριές φλωρίνης)

No 10 (ντομάτα , πιπεριά, αγγούρι , κρεμμύδι)

No 11 (μανιτάρια πλευρώτους)