

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 1^η Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ				Πέμπτη 1/6/23	Παρασκευή 2/6/23	Σάββατο 3/6/23	Κυριακή 4/6/23
Πρώτο Πιάτο				Κοτόσουπα	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Σούπα ζυμαρικών	Κρεατόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1				Κοτόπουλο κοκκινιστό-ριζότο	Φασολάδα	Μουσακάς	Μοσχάρι κοκκινιστό ριζότο
2				Σουβλάκι χοιρινό με πατάτες τηγανιτές-πίτα	Φακές σούπα	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Χοιρινό αλαμπότσαρη με πατάτες τηγανιτές
Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
				Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο-κόκκινο,πολίτικη καλαμπόκι, μουστάρδα	Ταραμοσαλάτα, ελιές, πιπεριές Φλωρίνης, ντολμαδάκια μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα λόλα ,λάχανο άσπρο-κόκκινο,καρότο	Ντομάτα, πιπέρια, κρεμμύδι, λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα λόλα Λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο
	Επιδόρπιο						
				Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές
				Τζατζίκι	Τυρί φέτα -Γλυκό	Τυρί φέτα	
ΔΕΙΠΝΟ				Πέμπτη 1/6/23	Παρασκευή 2/6/23	Σάββατο 3/6/23	Κυριακή 4/6/23
Πρώτο Πιάτο				Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον	Ζυμαρόπιτα	Σούπα του Σεφ
Κυρίως Πιάτα 1				Αρακάς λαδερός με πατάτες	Τριβελάκι με σάλτσα ντομάτας Τυρί τριμμένο	Μακαρόνια με σάλτσα αματρισιάνα τυρί τριμμένο	Φασολάκια λαδερά με πατάτες
2				Μπριάμ φούρνου	Πίτσα special (Τυρί-ζαμπόν-μπέικον, πιπεριά) ή μαργαρίτα-πατάτες τηγανιτές	Στραπατσάδα με πατάτες τηγανιτές	Τορτελίνια καρμπονάρα
Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
				Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Ντομάτα, πιπέρια, κρεμμύδι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο ρόκα ,λόλα	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο
	Επιδόρπιο						
				Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές
				Τυρί φέτα			Τυρί φέτα

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 2^η – Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 5/6/23	Τρίτη 6/6/23	Τετάρτη 7/6/23	Πέμπτη 8/6/23	Παρασκευή 9/6/23	Σάββατο 10/6/23	Κυριακή 11/6/23
Πρώτο Πιάτο	Λαχανόρυζο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Χορτόσουπα	Κρεατόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1	Σουφλέ με πέννες	Χοιρινό κοκκινιστό με πιπεριές και ριζότο	Γαρίδες σαγανάκι -πιλάφι	Κοτόπουλο γιουβέτσι	Γίγαντες πλακί	Γεμιστά με πατάτες φούρνου	Μοσχάρι κοκκινιστό με ριζότο
2	Μακαρόνια με κιμά Τυρί Τριμμένο	Κοτόπουλο με σως μουστάρδας - φιογκάκια	Ψάρι φιλέτο αλά σπετσιώτα και φούρνου με πατάτες	Χοιρινή μπριζόλα ψητή με πατάτες τηγανιτές	Φακές σούπα	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Παστίσιο
Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ντομάτα, λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο πιπεριά, κρεμμύδι ,ελιές	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό-καρότο μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα λόλα, λάχανο άσπρο-κόκκινο	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Ταραμοσαλάτα, ελιές, παντζάρια, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα λόλα ,λάχανο άσπρο-κόκκινο,καρότο	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο
	Επιδόρπιο						
	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές
			Αναψυκτικό	Ρώσικη	Τυρί Φέτα - Γλυκό	Τυρί φέτα	
ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 5/6/23	Τρίτη 6/6/23	Τετάρτη 7/6/23	Πέμπτη 8/6/23	Παρασκευή 9/6/23	Σάββατο 10/6/23	Κυριακή 11/6/23
Πρώτο πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών	Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρέ με μπέικον	Τουρλού λαχανικών	Σούπα του Σεφ
Κυρίως Πιάτα 1	Σπανακόρυζο	Σπανακοτυρόπιτα με πατάτες φούρνου	Μακαρόνια με σάλτσα αματρισιάννα τυρί τριμμένο	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Ταλιατέλες με σάλτσα ντομάτας Τυρί τριμμένο	Καλαμαράκια κοκκινιστά με πιλάφι	Τριβελάκι καρμπονάρα τυρί τριμμένο
2	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Σπετσοφάι βολιώτικο - ριζότο	Ομελέτα με ή χωρίς αλλαντικά και τυριά-πατάτες τηγανιτές	Γιουβέτσι λαχανικών	Πίτσα special (Τυρί-ζαμπόν-μπέικον, πιπεριά) ή μαργαρίτα-πατάτες τηγανιτές	Στραπατσάδα με πατάτες τηγανιτές	Φασολάκια λαδερά με πατάτες
	Μπουφές Σαλάτα						

Συνοδευτικ ά	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Ντομάτα, πιπέρια, κρεμμύδι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο , ρόκα ,λόλα	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Ντομάτα, πιπέρια, κρεμμύδι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο ρόκα ,λόλα	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο
	ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ						
	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές
		Κομπόστα	Γάλα	Τυρί Φέτα		Γιαούρι	Τυρί Φέτα

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 3^η – Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 12/6/23	Τρίτη 13/6/23	Τετάρτη 14/6/23	Πέμπτη 15/6/23	Παρασκευή 16/6/23	Σάββατο 17/6/23	Κυριακή 18/6/23
Πρώτο Πιάτο	Λαχανόρυζο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Χορτόσουπα	Κρεατόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1	Ριγκατόνι καρμπονάρα τυρί τριμμένο	Κοτόπουλο με σως μουστάρδας ριζότο	Καλαμαράκια κοκκινιστά με πιλάφι	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Φακές σούπα	Γεμιστά με πατάτες φούρνου	Παστίσιο
2	Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών τυρί τριμμένο	Χοιρινό εξοχικό με πατάτες τηγανιτές	Ψάρι φιλέτο αλά σπετσειώτα και φούρνου με πατάτες	Σουβλάκι χοιρινό με πατάτες τηγανιτές -πίτα	Φασολάδα	Κοτόπουλο γιουβέτσι	Χοιρινό αλά Μπότσαρη με πατάτες τηγανιτές
	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Κουνουπίδι ή μπρόκολο βραστό-καρότο μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα λόλα, ντομάτα, κρεμμύδι-λάχανο άσπρο-κόκκινο , μανιτάρια	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Ταραμοσαλάτα, ελιές,λάχανο άσπρο-κόκκινο ,καρότο, Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα, λόλα, πιπεριές φλωρίνης,ντολμαδάκια	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι
	Επιδόρπιο						
	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές Τζατζίκι	Φρούτο 2 επιλογές Τυρί Φέτα-Γλυκό	Φρούτο 2 επιλογές Τυρί Φέτα	Φρούτο 2 επιλογές
ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 12/6/23	Τρίτη 13/6/23	Τετάρτη 14/6/23	Πέμπτη 15/6/23	Παρασκευή 16/6/23	Σάββατο 17/6/23	Κυριακή 18/6/23
Πρώτο Πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα του Σεφ	Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον	Τουρλού λαχανικών	Σούπα Ζυμαρικών
Κυρίως Πιάτα 1	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ριζότο	Τυρόπιτα με πατάτες φούρνου	Μακαρόνια με κιμά τυρί τριμμένο	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Τριβελάκι με σάλτσα ντομάτας -τυρί τριμμένο	Πέννες αματρισιάνα τυρί τριμμένο	Τορτελίνια καρμπονάρα τυρί τριμμένο

2	Γιουβέτσι λαχανικών	Σπετσοφαί Βολιώτικο Ριζότο	Ομελέτα με ή χωρίς αλλαντικά και τυριά-πατάτες τηγανιτές	Μπριάμ φούρνου	Πίτσα special(τυρί ζαμπόν-μπέικον πιπεριά)ή μαργαρίτα πατάτες τηγανιτές	Στραπατσάδα με πατάτες τηγανιτές	Φασολάκια λαδερά με πατάτες
Μπουφές Σαλάτα							
	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι κρεμμυδάκι φρέσκο ,ρόκα ,λόλα	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι κρεμμυδάκι φρέσκο ,ρόκα ,λόλα	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι κρεμμυδάκι φρέσκο ρόκα ,λόλα	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι κρεμμυδάκι φρέσκο ,ρόκα ,λόλα	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι κρεμμυδάκι φρέσκο ,ρόκα ,λόλα	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι κρεμμυδάκι φρέσκο ρόκα, λόλα	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι
Επιδόρπιο							
	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές
		Ζελέ	Γάλα	Τυρί Φέτα			Τυρί φέτα

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 4^η –Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 19/6/23	Τρίτη 20/6/23	Τετάρτη 21/6/23	Πέμπτη 22/6/23	Παρασκευή 23/6/23	Σάββατο 24/6/23	Κυριακή 25/6/23
Πρώτο Πιάτο	Λαχανόρυζο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Χορτόσουπα	Κρεατόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1	Πέννες καρμπονάρα τυρί τριμμένο	Χοιρινό εξοχικό με πατάτες τηγανιτές	Γαρίδες σαγανάκι πιλάφι	Κοτόπουλο γιουβέτσι-τυρί τριμμένο	Γίγαντες πλακί	Μουσακάς	Μοσχάρι κοκκινιστό με γιουβέτσι
2	Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών τυρί τριμμένο	Κοτόπουλο με σως μουστάρδας - φιογκάκια	Ψάρι φιλέτο αλά σπετσειώτα και φούρνου με πατάτες	Χοιρινή μπριζόλα ψητή με πατάτες τηγανιτές	Φακές σούπα	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Παστίσιο
Μπουφές Σαλάτα							
Συνοδευτικά	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό-καρότο μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα-ρόκα- λόλα ,ντομάτα,πιπεριά,αγγούρι	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Ταραμοσαλάτα, ελιές, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα ,ντομάτα, πιπεριά,κρεμμύδι, παντζάρια	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι
Επιδόρπιο							
	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές
		Ρώσικη	Αναψυκτικό		Τυρί Φέτα- Γλυκό	Τυρί φέτα	Κρέμα
ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 19/6/23	Τρίτη 20/6/23	Τετάρτη 21/6/23	Πέμπτη 22/6/23	Παρασκευή 23/6/23	Σάββατο 24/6/23	Κυριακή 25/6/23
Πρώτο Πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών	Τοματόσουπα	Σούπα του Σεφ	Πουρές με λαχανικά	Ζυμαρόπιτα	Τουρλού
Κυρίως Πιάτα 1	Σπανακόρυζο	Κασερόπιτα –πατάτες φούρνου	Ομελέτα με ή χωρίς αλλαντικά και τυριά πατάτες τηγανιτές	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Ταλιατέλες με σάλτσα ντομάτας τυρί τριμμένο	Μελιτζάνες με τυριά και πατάτες τηγανιτές	Τορτελίνια καρμπονάρα τυρί τριμμένο
Κυρίως Πιάτα 2	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πιλάφι	Σπετσοφαί Βολιώτικο ριζότο	Μακαρόνια με κιμά-τυρί τριμμένο	Πατάτες γιαχνί με μανιτάρια	Πίτσα special (τυρί, ζαμπόν-μπέικον, πιπέρια-ή	Καλαμαράκια κοκκινιστά με πιλάφι	Φασολάκια λαδερά με πατάτες

					μαργαρίτα,πατάτες τηγανιτές		
	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι κρεμμυδάκι φρέσκο ρόκα ,λόλα	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα λάχανο, άσπρο- κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα- λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι
	Επιδόρπιο						
	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές
	Ζελέ			Τυρί Φέτα		Γιαούρτι	Τυρί Φέτα

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 5^η –Εβδομάδα							
ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 26/6/23	Τρίτη 27/6/23	Τετάρτη 28/6/23	Πέμπτη 29/6/23	Παρασκευή 30/6/23		
Πρώτο Πιάτο	Σπανακόρυζο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα		
Κυρίως Πιάτα 1	Μακαρόνια με κιμά - τυρί τριμμένο	Χοιρινό εξοχικό με ριζότο	Τσιπούρα σχάρας με σάλτσα λαδολέμονο ,πατάτες , μπρόκολο,καρότο	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Φασολάδα		
2	Σουφλέ με πέννες	Κοτόπουλο κοκκινιστό με φιογκάκια	Χταπόδι κοκκινιστό με μακαρονάκι κοφτό	Σουβλάκι χοιρινό με πατάτες τηγανιτές -πίτα	Φακές σούπα		
Συνοδευτικά	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό- καρότο μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα- ρόκα- λόλα μανιτάρια	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, ντομάτα,πιπεριά, κρεμμύδι	Ταραμοσαλάτα, ελιές, Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα- ρόκα, λόλα, πιπεριές φλωρίνης, ντολμαδάκια		
	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές		
				Τζατζίκι	Τυρί φέτα -Γλυκό		
ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 26/6/23	Τρίτη 27/6/23	Τετάρτη 28/6/23	Πέμπτη 29/6/23	Παρασκευή 30/6/23		
Πρώτο Πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα του σεφ	Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον		
Κυρίως Πιάτα 1	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με πατάτες τηγανιτές	Ζαμπονοτυρόπιτα με πατάτες φούρνου	Ομελέτα με ή χωρίς αλλαντικά και τυριά πατάτες τηγανιτές	Μελιτζάνες με τυριά και πατάτες τηγανιτές	Πίτσα special (τυρί, ζαμπόν-μπέικον, πιπέρια-ή μαργαρίτα,πατάτες		

					τηγανιτές		
Κυρίως Πιάτα 2	Γιουβέτσι λαχανικών	Σπετσοφαί Βολιώτικο ριζότο	Μακαρόνια με σάλτσα αματρισιάννα τυρί τριμμένο	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Τριβελάκι με σάλτσα ντομάτας τυρί τριμμένο		
	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα , ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι		
	Επιδόρπιο						
	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές		
				Τυρί φέτα			

Πρωινό

		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σαββάτο	Κυριακή
Εβδομάδα	1 ^η				1/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, τυρόπιτα	2/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μέλι, χυμός, αυγό	3/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο ή μαργαρίνη, μαρμελάδα, ζαμπόν, τυρί	4/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, άρτος, βούτυρο ή μαργαρίνη, μέλι ζαμπόν, τυρί
	2 ^η	5/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μερέντα, τυρόπιτα	6/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, ντόνατς	7/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μέλι, κέικ	8/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, τυρόπιτα	9/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μέλι, χυμός, αυγό	10/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, ζαμπόν, τυρί	11/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα ζαμπόν, τυρί
	3 ^η	12/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μέλι, τυρόπιτα	13/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, ντόνατς	14/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μερέντα, κέικ	15/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, τυρόπιτα	16/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μέλι, χυμός, αυγό	17/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, ζαμπόν, τυρί	18/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα ζαμπόν, τυρί
	4 ^η	19/6/23	20/6/23	21/6/23	22/6/23	23/6/23	24/6/23	25/6/23

		Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μέλι, τυρόπιτα	Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, ντόνατς	Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, κέικ	Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, τυρόπιτα	Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο, ή μαργαρίνη άρτος, μέλι, χυμός, αυγό	Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, ζαμπόν, τυρί	Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, ζαμπόν, τυρί
	5η	26/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μέλι, χυμός	27/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, ντόνατς	28/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, κέικ	29/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μαρμελάδα, τυρόπιτα	30/6/23 Γάλα, καφές, τσάι, βούτυρο ή μαργαρίνη, άρτος, μέλι, χυμός, αυγό		