

Α.4. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Το πρόγραμμα διατροφής των Σχολικών Γευμάτων έτος 2019-20 είναι το εξής:

Πρόγραμμα Διατροφής για Γεύμα στα Σχολεία						
Εργασίες: ΜΕΛΙΝΕΡΓΗΤΗ ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ						
	Αυτίδια	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	
Μεσημεριανή γεύματα 1η εβδομάδα	-Κοτόπουλο ή μπιφτέκια κοτόπουλου ή γαλοπούλας -πατάτες φούρνου ή παυερς ή ρύζι -Σαλάτα ή φρούτο	-Μαγειρόνα με 4-5 κομματάκια της σαλάτας κρεμ (μπαρμπούκι) -Τυρί φέτα ΠΟΠ -Σαλάτα	-Σταματόψωτα -Τυρί φέτα ΠΟΠ ή Βραστό αυγό -Σαλάτα	-Χοιρινό Μπαρμπούκι -πατάτες ή παυερς ή ρύζι ή σπυρίδα -Σαλάτα	-Αραβική κουνιστό ή λαμπόνα με πατάτες -Τυρί φέτα ΠΟΠ -Σαλάτα	
Μεσημεριανή γεύματα 2η εβδομάδα	Φρέσκο ψαριού (τρέφα ή γλάσια ή βασιλάκι) - Ρύζι ή πατάτες - Σαλάτα ή φρούτο	Μαγειρόνα μαγειρόνα -πατάτες φούρνου Τυρί φέτα ΠΟΠ -Σαλάτα	Σταματόψωτο ή λαμπόψωτο -Τυρί φέτα ΠΟΠ ή Βραστό αυγό -Σαλάτα	Κοτόπουλο Ρύζι ή μαγειρόνα ή πατάτες -Σαλάτα	Ουρπια (φακές ή φακόλια ή ρεβίθια) -Τυρί φέτα ΠΟΠ -Σαλάτα	
Παράδοση ΔΕΥΤΕΡΟΚΛΑΔΙ ΚΑΤΑΝΕΜΗΤΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ – ΣΑΛΑΤΙΕΡΑ						
	Αυτίδια	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	
Μεσημεριανή γεύματα 1η εβδομάδα	-Κοτόπουλο ή μπιφτέκια κοτόπουλου ή γαλοπούλας -πατάτες φούρνου ή παυερς ή ρύζι -Σαλάτα ή φρούτο	Μαγειρόνα με 4-5 κομματάκια της σαλάτας κρεμ (μπαρμπούκι) - Τυρί φέτα ΠΟΠ - Σαλάτα	Ουρπια (φακές ή φακόλια ή ρεβίθια) -Τυρί φέτα ΠΟΠ ή Βραστό αυγό -Σαλάτα	-Κρέμα μπαρμπούκι -πατάτες ή μαγειρόνα ή σπυρίδα -Σαλάτα	-Σταματόψωτα -Τυρί φέτα ΠΟΠ -Σαλάτα	
Μεσημεριανή γεύματα 2η εβδομάδα	-Μαγειρόνα μαγειρόνα -πατάτες φούρνου ή παυερς ή μαγειρόνα -Τυρί φέτα ΠΟΠ -Σαλάτα ή φρούτο	Φρέσκο ψαριού (τρέφα ή γλάσια ή βασιλάκι) -Ρύζι ή πατάτες -Σαλάτα	Μαγειρόνα με 4-5 κομματάκια της σαλάτας σαλάτα κουνιστό κρεμ -Τυρί φέτα ΠΟΠ ή Βραστό αυγό -Σαλάτα	Κοτόπουλο φούρνου -Ρύζι ή πατάτες ή μαγειρόνα -Σαλάτα	Φακολάκι με πατάτες ή μπαρμπούκι (με σαλατόψωτο, πατάτες & λαμπόνα) -Τυρί φέτα ΠΟΠ -Σαλάτα	