

Κοτόπουλο		Ψάρι		Όσπριο		Κόκκινο κρέας		Λαδερό	
ΔΕΥΤΕΡΑ	Γρ.	ΤΡΙΤΗ	Γρ	ΤΕΤΑΡΤΗ	Γρ	ΠΕΜΠΤΗ	Γρ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	Γρ
Κοτόπουλο κοκκινιστό με κριθαράκι		Φιλέτο ψαριού (πανέ) με ρύζι καλαμπόκι		Φασολάδα		Μπιφτέκι μοσχαρίσιο με ριζότο και καρότο και σάλτσα ψητού		Αρακάς λαδερός κοκκινιστός με πατάτες	
Φρούτο		Παντζάρι καρότο		Αυγό βραστό Λαχανο Αγγούρι καρότο		Φρούτο		Αυγό Λάχανο άσπρο, κόκκινο, καρότο	
		Ψωμί ολικής		Ψωμί ολικής				Ψωμί ολικής	
ΔΕΥΤΕΡΑ	Γρ.	ΤΡΙΤΗ	Γρ	ΤΕΤΑΡΤΗ	Γρ	ΠΕΜΠΤΗ	Γρ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	Γρ
Μπιφτέκι κοτόπουλο με πουρε πατάτας και σάλτσα τομάτας		Κριθαρότο σε σάλτσα με γαριδα		Φακές σούπα		Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι		Σπανακόπιτα	
Φρούτο		Παντζάρι καρότο		Αυγό Καρότο καλαμπόκι		Φρούτο		Αυγό βραστό Λάχανο άσπρο, κόκκινο, καρότο	
				Ψωμί ολικής					
ΔΕΥΤΕΡΑ	Γρ.	ΤΡΙΤΗ	Γρ	ΤΕΤΑΡΤΗ	Γρ	ΠΕΜΠΤΗ	Γρ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	Γρ
Κοτόπουλο μπούτι φιλέτο ψητό κοκκινιστό με ρυζι		Φιλέτο ψαριού (πανέ) με ρύζι σαφράν και καρότο		Ρεβίθια λεμονάτα		Μακαρόνια με μοσχαρίσιο κιμά		Σπανακόρυζο	
Φρούτο		Παντζάρι καρότο		Τυρί φέτα Λαχανο Αγγούρι καρότο		Φρούτο		Αυγό Λάχανο άσπρο κόκκινο καρότο	
		Ψωμί ολικής		Ψωμί ολικής				Ψωμί ολικής	
ΔΕΥΤΕΡΑ	Γρ.	ΤΡΙΤΗ	Γρ	ΤΕΤΑΡΤΗ	Γρ	ΠΕΜΠΤΗ	Γρ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	Γρ
Κοτόπουλο μπούτι φιλέτο λεμονάτο με πουρε πατάτας		Κριθαρότο σε σάλτσα με γαριδα		Φακές σούπα		Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ρύζι		Πένες ολικής άλεσης με σάλτσα ντομάτας και λαχανικά	
Φρούτο		Παντζάρι καρότο		Αυγό Καρότο καλαμπόκι		Φρούτο		Τυρί φέτα Λάχανο άσπρο κόκκινο καρότο	
				Ψωμί ολικής					