

**ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ**  
**07 – 11 Μαρτίου 2022**

<b>Δευτέρα</b>	ΑΡΓΙΑ
<b>Τρίτη</b>	Μουστοκούλουρο και κριτσίνι ολικής Μήλο κόκκινο Γάλα
<b>Τετάρτη</b>	Πρασόπιτα ολικής άλεσης Πορτοκάλι
<b>Πέμπτη</b>	Τοστ ολικής με ημίσκληρο τυρί και τομάτα Μήλο πράσινο Γάλα
<b>Παρασκευή</b>	Σπανακόπιτα ολικής Μπανάνα

**Σημειώσεις:**

- Συνιστάται τα παιδιά να εκτίθενται καθημερινά στον ήλιο για κάποια λεπτά π.χ. κατά τη διάρκεια του διαλείμματος, καθώς η έκθεση του δέρματος στον ήλιο βοηθά στην σύνθεση της βιταμίνης D από το σώμα.
- Σε περίπτωση που θα θέλατε να αναφέρετε κάτι στο Ινστιτούτο, παρακαλούμε να συμπληρώνετε τη φόρμα αναφορών και στο πλαίσιο του δυνατού αυτή να συνοδεύεται από σχετική φωτογραφία.

Υλοποιείται από το:

**PROLEPSIS**  
INSTITUTE

Χρηματοδοτείται από:

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ  
ΣΤΕΡΕΑΣ  
ΕΛΛΑΔΑΣ