

ΜΕΝΟΥ ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
1η εβδομάδα	Κοτόπουλο κοκκινιστό με κριθαράκι	Φιλέτο ψαριού (πανέ) με ρύζι	Φασολάδα	Μπιφτέκι μοσχάρισιο με ριζότο	Αρακάς κοκκινιστός με πατάτες
			Αυγό βραστό		Αυγό
	Φρούτο	Σαλάτα	Σαλάτα	Φρούτο ή σαλάτα	Σαλάτα
		Ψωμί ολικής	Ψωμί ολικής		Ψωμί ολικής
2η εβδομάδα	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
	Μπιφτέκι κοτόπουλο με ριζότο	Ριζότο σε σάλτσα με φιλέτο ψαριού	Φακές σούπα	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι	Σπανακόπιτα
			Αυγό		Αυγό βραστό
	Φρούτο	Σαλάτα	Σαλάτα	Φρούτο ή σαλάτα	Σαλάτα
		Ψωμί ολικής			
3η εβδομάδα	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
	Μπιφτέκι κοτόπουλο με πουρε	Φιλέτο ψαριού (πανέ) με ρύζι	Ρεβίθια λεμονάτα	Πέννες με κιμά	Σπανακόρυζο
			Τυρί φέτα		Αυγό
	Φρούτο	Σαλάτα	Σαλάτα	Φρούτο ή σαλάτα	Σαλάτα
	Ψωμί ολικής	Ψωμί ολικής		Ψωμί ολικής	
4η εβδομάδα	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
	Μπιφτέκια κοτόπουλου με ριζότο	Ριζότο σε σάλτσα με φιλέτο ψαριού	Φακές σούπα	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ρύζι	Πένες ολικής άλεσης με σάλτσα ντομάτας και λαχανικά
			Αυγό		Τυρί φέτα
	Φρούτο	Σαλάτα	Σαλάτα	Φρούτο ή σαλάτα	Σαλάτα
	Ψωμί ολικής	Ψωμί ολικής			