

ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ
06 – 10 Ιουνίου 2022

Δευτέρα	Μουστοκούλουρο ολικής άλεσης Μπανάνα Γάλα
Τρίτη	Τοστ ολικής άλεσης με ημίσκληρο τυρί και τομάτα Πορτοκάλι Γιαούρτι
Τετάρτη	Πρασοτυρόπιτα ολικής άλεσης Κόκκινο μήλο Γάλα
Πέμπτη	Μακρόστενο ψωμί ολικής άλεσης με ψητή ομελέτα λαχανικών Κόκκινο μήλο Γιαούρτι με μέλι
Παρασκευή	Σπανακόπιτα ολικής άλεσης 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