

ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ 2024-2025

1η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	• ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΡΥΖΙ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΤΡΙΤΗ	• ΨΑΡΙ ΠΑΝΕ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΤΕΤΑΡΤΗ	• ΦΑΣΟΛΙΑ ΣΟΥΠΑ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΡΟΔΕΛΑ & ΑΥΓΟ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ	• ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΜΕ ΡΥΖΙ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	• ΑΡΑΚΑΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΜΕ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ & ΑΥΓΟ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ

ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ 2024-2025

2η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	<ul style="list-style-type: none">• ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΟΥΡΕ• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΤΡΙΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΨΑΡΟΚΡΟΚΕΤΑ ΜΕ ΡΥΖΙ• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ
ΤΕΤΑΡΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΦΑΚΕΣ ΣΟΥΠΑ• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΡΟΔΕΛΑ & ΑΥΓΟ• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΜΟΣΧΑΡΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΠΟΥΡΕ• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΡΟΔΕΛΑ ΜΕ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ & ΑΥΓΟ

ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ 2024-2025

3η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	<ul style="list-style-type: none">• ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ΜΕ ΡΥΖΙ• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΤΡΙΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΨΑΡΙ ΠΑΝΕ ΜΕ ΡΥΖΙ• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΤΕΤΑΡΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΡΕΒΥΘΙΑ ΛΕΜΟΝΑΤΑ• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΜΕ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΦΕΤΑ• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΠΕΝΝΕΣ ΜΕ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΣΠΑΝΑΚΟΡΥΖΟ• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΜΕ ΑΥΓΟ ΒΡΑΣΤΟ• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ

ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ 2024-2025

4η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΛΕΜΟΝΑΤΟ ΜΕ ΠΟΥΡΕ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΤΡΙΤΗ	• ΨΑΡΟΚΡΟΚΕΤΑ ΜΕ ΡΥΖΙ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ
ΤΕΤΑΡΤΗ	• ΦΑΚΕΣ ΣΟΥΠΑ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΡΟΔΕΛΑ ΜΕ ΑΥΓΟ ΒΡΑΣΤΟ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ	ΚΕΦΤΕΔΑΚΙΑ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΨΗΤΟΥ ΚΑΙ ΡΥΖΙ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	• ΠΕΝΝΕΣ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ & ΛΑΧ/ΚΩΝ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΜΕ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΦΕΤΑ