

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(2)

2η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	• ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΟΥΡΕ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΤΡΙΤΗ	• ΨΑΡΟΚΡΟΚΕΤΑ ΜΕ ΡΥΖΙ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ
ΤΕΤΑΡΤΗ	• ΦΑΚΕΣ ΣΟΥΠΑ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΡΟΔΕΛΑ & ΑΥΓΟ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ	• ΜΟΣΧΑΡΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΠΟΥΡΕ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	• ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΡΟΔΕΛΑ ΜΕ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ & ΑΥΓΟ

ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ 2024-2025

3η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	• ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ΜΕ ΡΥΖΙ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΤΡΙΤΗ	• ΨΑΡΙ ΠΑΝΕ ΜΕ ΡΥΖΙ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΤΕΤΑΡΤΗ	• ΡΕΒΥΘΙΑ ΛΕΜΟΝΑΤΑ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΜΕ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΦΕΤΑ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ	• ΠΕΝΝΕΣ ΜΕ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ (ΜΗΛΟ)
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	• 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