

ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ
11 – 15 Απριλίου 2022

Δευτέρα	Μουστοκούλουρο ολικής άλεσης Μπανάνα Γιαούρτι
Τρίτη	Στρογγυλό ψωμί ολικής άλεσης με ημίσκληρο τυρί και τομάτα Κόκκινο μήλο Κέικ καρότο-παντζάρι ολικής άλεσης
Τετάρτη	Πίτσα λαχανικών ολικής άλεσης Πορτοκάλι Γάλα
Πέμπτη	Κολοκυθοτυρόπιτα ολικής άλεσης Πράσινο μήλο Γιαούρτι
Παρασκευή	Σπανακόπιτα ολικής άλεσης Πορτοκάλι Γάλα

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