

ΜΕΝΟΥ ΜΑΙΟΣ ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ

Γεύματα 3η Εβδομάδα	13-Μαΐ	14-Μαΐ	15-Μαΐ	16-Μαΐ	17-Μαΐ
	ΔΕΥΤΕΡΑ Λευκό Κρέας (Κοτόπουλο ή Γαλοπούλα)	ΤΡΙΤΗ Ψάρι (Πέρκα ή Γλώσσα ή Βακαλάος)	ΤΕΤΑΡΤΗ Όσπρια	ΠΕΜΠΤΗ Κόκκινο Κρέας (Μοσχάρι)	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ Λαχανικά
	Κοτόπουλο ψητό με πατάτες φούρνου	Φιλέτο ψαριού λεμονάτο με πατάτες	Ρεβίθια λεμονάτα	Μακαρόνια με μοσχάρισιο κιμά	Σπανακόρυζο
	Φρούτο εποχής	Ψωμί Ολικής Άλεσης Σαλάτα με βραστά λαχανικά	Ψωμί ολικής / Φέτα Ποπ Σαλάτα Λάχανο - Καρότο	Σαλάτα Καρότο - Καλαμπόκι	Ψωμί ολικής / Αυγό βραστό Σαλάτα Λάχανο - Καρότο

Γεύματα 4η Εβδομάδα	20-Μαΐ	21-Μαΐ	22-Μαΐ	23-Μαΐ	24-Μαΐ
	ΔΕΥΤΕΡΑ Λευκό Κρέας (Κοτόπουλο ή Γαλοπούλα)	ΤΡΙΤΗ Ψάρι (Πέρκα ή Γλώσσα ή Βακαλάος)	ΤΕΤΑΡΤΗ Όσπρια	ΠΕΜΠΤΗ Κόκκινο Κρέας (Μοσχάρι)	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ Λαχανικά
	Μπιφτέκια κοτόπουλο με πατάτες βραστάς	Ψαροκροκέτες με κριθαράκι	Φακές	Κεφτεδάκια μοσχάρισια κοκκινιστά με ρύζι	Πέννες ολικής με σάλτσα ντομάτας και λαχανικά
	Φρούτο εποχής	Ψωμί Ολικής Άλεσης Σαλάτα με βραστά λαχανικά	Ψωμί ολικής / Αυγό βραστό Σαλάτα Λάχανο - Καρότο	Σαλάτα Καρότο - Καλαμπόκι	Φέτα Ποπ Σαλάτα Λάχανο - Καρότο

Γεύματα 1η Εβδομάδα	27-Μαΐ	28-Μαΐ	29-Μαΐ	30-Μαΐ	31-Μαΐ
	ΔΕΥΤΕΡΑ Λευκό Κρέας (Κοτόπουλο ή Γαλοπούλα)	ΤΡΙΤΗ Ψάρι (Πέρκα ή Γλώσσα ή Βακαλάος)	ΤΕΤΑΡΤΗ Όσπρια	ΠΕΜΠΤΗ Κόκκινο Κρέας (Μοσχάρι)	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ Λαχανικά
	Κοτόπουλο λεμονάτο Με ρύζι	Φιλέτο ψαριού λεμονάτο με πατάτες κύβο	Φασόλια γίγαντες	Μπιφτέκια μοσχάρισια με ρύζι	Αρακάς κοκκινιστός με πατάτες
	Φρούτο εποχής	Ψωμί Ολικής Άλεσης Σαλάτα με βραστά λαχανικά	Ψωμί ολικής / Αυγό βραστό Σαλάτα Λάχανο - Καρότο	Σαλάτα Καρότο - Καλαμπόκι	Ψωμί ολικής / Αυγό βραστό Σαλάτα Λάχανο - Καρότο