

ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ 05 Δεκεμβρίου – 12 Δεκεμβρίου 2022	
Δευτέρα 05.12	Σταφιδόψωμο ολικής άλεσης Αχλάδι Γιαούρτι
Τρίτη	Πίτσα λαχανικών ολικής άλεσης Πράσινο μήλο Γάλα
Τετάρτη	Πρασοτυρόπιτα ολικής άλεσης Κόκκινο μήλο
Πέμπτη	Κοτόπιτα ολικής άλεσης Πράσινο μήλο
Παρασκευή	Σπανακόπιτα ολικής άλεσης Κόκκινο μήλο
Δευτέρα 12.12	Σταφιδόψωμο ολικής άλεσης Αχλάδι 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.