

ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ 2023-2024

1η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	<ul style="list-style-type: none">• ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ
ΤΡΙΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΨΑΡΟΚΡΟΚΕΤΕΣ ΜΕ ΡΥΖΙ• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΤΕΤΑΡΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΦΑΣΟΛΙΑ ΣΟΥΠΑ• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΚΥΒΟΣ - ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΑΥΓΟ• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΑΡΑΚΑΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΤΡΙΜΜΑ & ΑΥΓΟ• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ

ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ 2023-2024

2η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	• ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΡΥΖΙ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ

ΤΡΙΤΗ	• ΡΙΖΟΤΟ ΘΑΛΑΣΣΙΝΩΝ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ

ΤΕΤΑΡΤΗ	• ΦΑΚΟΥΡΥΖΟ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΚΥΒΟΣ - ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΑΥΓΟ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ

ΠΕΜΠΤΗ	• ΜΟΣΧΑΡΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΠΟΥΡΕ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	• ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΤΡΙΜΜΑ & ΑΥΓΟ

ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ 2023-2024

3η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	• ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΛΕΜΟΝΑΤΟ ΜΕ ΠΟΥΡΕ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ

ΤΡΙΤΗ	• ΡΟΛΟ ΒΑΚΑΛΑΟΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ	• ΡΕΒΥΘΙΑ ΛΕΜΟΝΑΤΑ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ (ΚΥΒΟΣ) ΜΕ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΦΕΤΑ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ

ΠΕΜΠΤΗ	• ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ
	• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	• ΣΠΑΝΑΚΟΡΥΖΟ
	• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΡΟΔΕΛΑ ΜΕ ΑΥΓΟ ΒΡΑΣΤΟ
	• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ

ΣΧΟΛΙΚΑ ΓΕΥΜΑΤΑ 2023-2024

4η ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	<ul style="list-style-type: none">• ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΡΥΖΙ• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ
ΤΡΙΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΡΙΖΟΤΟ ΘΑΛΑΣΣΙΝΩΝ• ΣΑΛΑΤΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙ• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΤΕΤΑΡΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΦΑΚΟΥΡΥΖΟ• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΚΥΒΟΣ - ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΑΥΓΟ• ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΣΟΥΤΖΟΥΚΑΚΙΑ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΑ ΜΕ ΡΥΖΙ• ΦΡΕΣΚΟ ΦΡΟΥΤΟ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	<ul style="list-style-type: none">• ΠΕΝΝΕΣ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ & ΛΑΧ/ΚΩΝ• ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟ ΤΡΙΜΜΑ ΚΑΙ ΦΕΤΑ