

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΕΦΗΜΕΡΕΥΟΝΤΩΝ 4-12-17 έως 10-12-17

ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΑ ΗΜΕΡΑ	ΓΕΥΜΑ	ΔΕΙΠΝΟ
ΔΕΥΤΕΡΑ	ΦΑΚΕΣ - ΣΑΛΑΤΑ ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ
ΤΡΙΤΗ Γεν. εφημ	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ 1) ΚΙΜΑ & ΤΥΡΙ ΤΡΙΜ. 2) ΣΑΛΤΣΑ & ΤΥΡΙ ΤΡΙΜ. ΣΑΛΑΤΑ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΜΕ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ & ΤΥΡΙ ΣΑΛΑΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ
ΤΕΤΑΡΤΗ	ΨΑΡΙ - ΦΑΒΑ - ΠΑΝΤΖΑΡΙΑ ΠΑΤΑΤΕΣ - ΕΛΙΕΣ - ΦΡΟΥΤΟ	ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ & ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΣΑΛΑΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ
ΠΕΜΠΤΗ Γεν. εφημ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΕΝΕΣ & ΤΥΡΙ ΤΡΙΜ. ΣΑΛΑΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ - ΣΑΛΑΤΑ ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΦΑΣΟΛΑΔΑ ΣΑΛΑΤΑ - ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΣΠΑΝΑΚΟΡΥΖΟ ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ
ΣΑΒΒΑΤΟ Γεν. εφημ	ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΣΑΛΑΤΑ- ΦΡΟΥΤΟ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ & ΤΥΡΙ ΤΡΙΜ. ΣΑΛΑΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ
ΚΥΡΙΑΚΗ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΛΕΜΟΝΑΤΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΑΛΑΤΑ- ΦΡΟΥΤΟ	ΡΙΖΟΤΟ ΜΕ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΦΡΟΥΤΟ