

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΕΦΗΜΕΡΕΥΟΝΤΩΝ

ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΑ ΗΜΕΡΑ	ΓΕΥΜΑ	ΔΕΙΠΝΟ
ΔΕΥΤΕΡΑ Γεν. εφημερία	ΣΟΥΤΖΟΥΚΑΚΙΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ & ΑΡΑΚΑ ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΜΕ ΣΟΥΠΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ & ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ ΖΕΛΕ
ΤΡΙΤΗ	ΨΑΡΙ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΑΒΑ ΠΑΝΤΖΑΡΙΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ - ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ
ΤΕΤΑΡΤΗ Γεν. εφημερία	ΣΟΥΠΙΕΣ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ ΕΛΙΕΣ - ΧΑΛΒΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΕΝΕΣ & ΤΥΡΙ ΜΠΑΜΙΕΣ - ΦΡΟΥΤΟ
ΠΕΜΠΤΗ	ΡΕΒΙΘΙΑ ΛΑΧΑΝΟΡΥΖΟ - ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΜΕ ΤΥΡΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ & ΚΟΛΟΚΥΘΙΑ ΣΑΛΑΤΑ - ΖΕΛΕ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ Γεν. εφημερία	ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ ΜΕ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ ΣΑΛΑΤΑ - ΕΛΙΕΣ - ΧΑΛΒΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΛΕΜΟΝΑΤΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΑΛΑΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ
ΣΑΒΒΑΤΟ	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ 1) ΚΙΜΑ 2) ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΧ. ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ ΣΑΛΑΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΑΛΑΤΑ - ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ
ΚΥΡΙΑΚΗ Γεν. εφημερία	ΜΟΣΧΑΡΙ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΑΛΑΤΑ - ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΙΛΑΦΙ ΑΝΑΜΙΚΤΟ ΛΑΧ. - ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ