**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΕΦΗΜΕΡΕΥΟΝΤΩΝ από 19-12-22 έως 25-12-22**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΑ**  **ΗΜΕΡΑ** | **ΓΕΥΜΑ** | **ΔΕΙΠΝΟ** |
| **ΔΕΥΤΕΡΑ**  **Γεν. εφημ** | ΦΑΒΑ – ΨΑΡΙ  ΣΑΛΑΤΑ - ΠΑΝΤΖΑΡΙΑ - ΦΡΟΥΤΟ | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΤΡΙΤH** | ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ 1) ΚΙΜΑ 2) ΣΑΛΤΣΑ  ΤΥΡΙ - ΣΑΛΑΤΑ – ΦΡΟΥΤΟ | ΟΜΕΛΕΤΑ – ΣΑΛΑΤΑ  ΓΙΑΟΥΡΤΙ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΤΕΤΑΡΤΗ**  **Γεν. εφημ** | ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ – ΣΑΛΑΤΑ  ΦΡΟΥΤΟ  ( ΠΕΝΕΣ ΟΛΙΚΗΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ & ΤΥΡΙ ) | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΡΙΖΟΤΟ  ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΠΕΜΠΤΗ** | ΡΕΒΙΘΙΑ – ΦΕΤΑ – ΠΑΝΤΖΑΡΙΑ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΡΟΥΤΟ | ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ  ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ**  **Γεν. εφημ** | ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ 1)ΚΙΜΑ 2) ΣΑΛΤΣΑ & ΤΥΡΙ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ  ( ΦΑΚΕΣ ) | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ / ΜΠΑΜΙΕΣ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΣΑΒΒΑΤΟ** | ΓΙΓΑΝΤΕΣ – ΦΕΤΑ – ΠΑΝΤΖΑΡΙΑ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΡΟΥΤΟ | ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ**  **ΚΥΡΙΑΚΗ**  **Γεν. εφημ** | ΧΟΙΡΙΝΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ | ΜΟΣΧΑΡΙ ΣΤΙΦΑΔΟ – ΡΙΖΟΤΟ / ΠΟΥΡΕΣ  ΦΕΤΑ – ΦΡΟΥΤΟ |

Σημείωση : το μενού ενδέχεται να αλλάξει