**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΕΦΗΜΕΡΕΥΟΝΤΩΝ από 20-3-23 έως 26-3-23**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΑ**  **ΗΜΕΡΑ** | **ΓΕΥΜΑ** | **ΔΕΙΠΝΟ** |
| **ΔΕΥΤΕΡΑ** | ΦΑΚΕΣ – ΠΑΝΤΖΑΡΙΑ – ΨΑΡΙ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΡΟΥΤΟ | ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ & ΣΠΑΝΑΚΙ  ΤΥΡΙ - ΣΑΛΑΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΤΡΙΤH**  **Γεν. εφημ** | ΧΟΙΡΙΝΟ ΨΗΤΟ – ΜΠΡΙΑΜ  ΣΑΛΑΤΑ - ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ - ΡΙΖΟΤΟ  ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΤΕΤΑΡΤΗ** | ΡΕΒΙΘΙΑ – ΦΕΤΑ – ΠΑΝΤΖΑΡΙΑ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΡΟΥΤΟ | ΚΡΙΘΑΡΟΤΟ  ΤΥΡΙ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΠΕΜΠΤΗ**  **Γεν. εφημ** | ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ – ΣΑΛΑΤΑ – ΦΕΤΑ  ΠΕΝΕΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ & ΤΥΡΙ  ΦΡΟΥΤΟ | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ - ΠΑΤΑΤΕΣ & ΚΟΛΟΚΥΘΙΑ  ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** | ΨΑΡΙ ΦΟΥΡΝΟΥ – ΠΑΤΑΤΕΣ & ΛΑΧΑΝΙΚΑ  ΦΡΟΥΤΟ | ΑΡΑΚΑΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ  ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΣΑΒΒΑΤΟ**  **Γεν. εφημ** | ΜΠΡΙΖΟΛΑ – ΡΙΖΟΤΟ  ΣΑΛΑΤΑ - ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ - ΜΠΑΜΙΕΣ  ΣΑΛΑΤΑ – ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ |
| **ΚΥΡΙΑΚΗ** | ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ 1) ΚΙΜΑ 2) ΣΑΛΤΣΑ  ΤΥΡΙ - ΣΑΛΑΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ | ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ  ΦΕΤΑ – ΦΡΟΥΤΟ |

Σημείωση : το μενού ενδέχεται να αλλάξει