|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ 6/10/25 - 12/10/25** | | | | | | | |
|  | **ΔΕΥΤΕΡΑ** | **ΤΡΙΤΗ** | **ΤΕΤΑΡΤΗ** | **ΠΕΜΠΤΗ** | **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** | **ΣΑΒΒΑΤΟ** | **ΚΥΡΙΑΚΗ** |
| **ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ** | **1. Ζαμπονοτυρόπιτα** | **1. Κοτόσουπα** | **1. Ομελέτα με τυρί φέτα** | **1. Ντοματόσουπα με κρουτόν** | **1. Φάβα Βραστή** | **1. Τυρόπιτα** | 1. **Χορτόσουπα** |
| **ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ** | 1. **Μοσχαράκι κοκκινιστό με κολοκυθάκια** 2. **Λαχανόρυζο** 3. **Κολιός ψητός στο φούρνο πουρέ πατάτας** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Φασόλια Γίγαντες Φούρνου** 2. **Σουφλέ Λαζάνια** 3. **Κολοκυθάκια γεμιστά με κιμά και αυγολέμονο** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Φασόλια Μαυρομάτικα Φούρνου** 2. **Γαλοπούλα μπούτι ψητή Κριθαρότο μανιταριών** 3. **Μακαρόνια με κιμά** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Χοιρινό Σουβλάκι με τηγανητές πατάτες** 2. **Καλαμαράκια Τηγανιτά με Ταμπουλέ** 3. **Φασόλια κόκκινες χάντρες στο φούρνο** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Φασολάκια με πατάτες** 2. **Μπριζόλα Χοιρινή με ρύζι** 3. **Μύδια με σάλτσα και ρύζι** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Μοσχαράκι στιφάδο** 2. **Κοτόπουλο λεμονάτο με λαχανικά και κινόα** 3. **Χορτόσουπα** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Κανελόνια με κιμά και τυρί** 2. **Σνίτσελ Χοιρινό τηγανιτό με πουρέ πατάτας** 3. **Μελιτζάνα Μουσακάς** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** |
| **ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Ελιές (πέντε τεμάχια)** | * **Ψωμί** * **Τυρί** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή**   **Σαλάτα βραστή (Βραστά Λαχανικά)** | * **Ψωμί** * **Τυρί** * **Σαλάτα εποχής ωμή**   **Σαλάτα εποχής ωμή** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή**   **Σαλάτα εποχής ωμή** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή**   **Σαλάτα εποχής ωμή** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή**   **Σαλάτα εποχής ωμή** |
| * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΒΡΑΔΙΝΟ 6/10/25 - 12/10/25** | | | | | | | |
|  | **ΔΕΥΤΕΡΑ** | **ΤΡΙΤΗ** | **ΤΕΤΑΡΤΗ** | **ΠΕΜΠΤΗ** | **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** | **ΣΑΒΒΑΤΟ** | **ΚΥΡΙΑΚΗ** |
| **ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ** | **1. Κουνουπίδι κοκκινιστό με τυρί φέτα** | **1. Πίτσα (τυρί ντομάτα, μπέικον, ζαμπόν, μανιτάρια)** | **1. Ρύζι κοκκινιστό με τυρί φέτα** | **1 .Ομελέτα** | **1. Πρασόρυζο** | **1. Μανιτάρια τηγανιτά με κεφαλογραβιέρα** | 1. **Φασόλια Μαυρομάτικα Σούπα** |
| **ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ** | 1. **Φακές** 2. **Κοτόπουλο Ψητό με πατάτες στο φούρνο** 3. **Μπιφτέκια ψητά με πατάτες στο φούρνο** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Γάβρος τηγανιτός με πουρέ πατάτας** 2. **Μοσχαράκι Κοκκινιστό με σάλτσα και λαχανικά (μανιτάρια, πιπεριές, καρότα) και πουρέ πατάτας** 3. **Φασολάκια με πατάτες** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Αρνάκι φρικασέ αυγολέμονο** 2. **Μπριάμ** 3. **Κοτομπουκιές παναρισμένες με κουσκούς** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Σπανακόρυζο** 2. **Κοτόπουλο στήθος ψητό με ρύζι πιλάφι** 3. **Χυλοπίτες βουτύρου** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Πίτσα (τυρί ντομάτα, μπέικον, ζαμπόν, μανιτάρια)** 2. **Ρολό κοτόπουλο με ζαμπόν και πατάτες στο φούρνο** 3. **Μακαρόνια με σάλτσα ντομάτας** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Γεμιστά με κιμά (Ντομάτες πιπεριές κολοκυθάκια)** 2. **Γεμιστά με ρύζι (Ντομάτες πιπεριές κολοκυθάκια)** 3. **Φασόλια χάντρες φούρνου** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** | 1. **Σουτζουκάκια με πατάτες στο φούρνο** 2. **Καλαμαράκια κοκκινιστά με κοφτό μακαρόνι** 3. **Πίτσα (τυρί ντομάτα, μπέικον, ζαμπόν, μανιτάρια)** 4. **Ειδικό Μενού Ειδικών Διατροφικών αναγκών** |
| **ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ** | * **Ψωμί** * **Τυρί** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Ψητά Λαχανικά** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή** | * **Ψωμί** * **Τυρί φέτα** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή** | * **Ψωμί** * **Τυρί** * **Σαλάτα εποχής ωμή** * **Σαλάτα εποχής ωμή** |
| * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** | * **Φρούτο Εποχής** |