|  |
| --- |
| **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**
 |