

Πρόγραμμα φαγητού

Πρωινό / Μεσημεριανό / snack/ βραδινό	
Τρίτη 01/07	Δεκατιανό: φρούτα, χυμός Μεσημεριανό: μπιριζολάκια χωρίς κόκαλο, σπιτικός πουρές και σάλτσα φρέσκιας ντομάτας (προαιρετικά) Snack: κουλούρι ολικής με κρέμα τυριών Βραδινό: κοτομπουκιές με πατάτες τηγανιτές, σαλάτα, φρούτο
Τετάρτη 02/07	Πρωινό : γάλα, αβγόφετες και κασέρι Μεσημεριανό: φιλέτο πέρκα στο φούρνο με κους κους Snack: κρέπες με σοκολάτα Βραδινό: κεφτεδάκια με ριζότο, σαλάτα και φρούτο
Πέμπτη 03/07	Πρωινό: γάλα, φέτα με βούτυρο και μέλι ή μαρμελάδα Μεσημεριανό: κοτόπουλο γιουβέτσι Snack: σπιτική τυρόπιτα Βραδινό: ογκραντέν τυριών, σαλάτα και φρούτο
Παρασκευή 04/07	Πρωινό : γάλα, ατομική σπιτική τυρόπιτα Μεσημεριανό: γεμιστά με ρύζι και μυρωδικά, φέτα Snack: sandwich με αλλαντικά και τυριά Βραδινό: γύρος χοιρινός, πατάτες, τζατζίκι ,σαλάτα & φρούτο
Σάββατο 05/07	Πρωινό : γάλα, σάντουιτς με γαλοπούλα, κασέρι και ντομάτα Μεσημεριανό: κοτομπουκιές φούρνου με σως παρμεζάνας (προαιρετικά) και πατάτες φούρνου Snack: μπουγάτσα με κρέμα Βραδινό: πίτσα Ελληνική & αλλαντικών, σαλάτα του chef, φρούτο.
Κυριακή 06/07	Πρωινό : γάλα, ομελέτα, κουλούρι Μεσημεριανό: μακαρόνια με κιμά

Το μεσημεριανό συνοδεύεται από σαλάτα, ψωμάκι και φρούτο.

Καθημερινά εναλλακτικό πρωινό (δημητριακά ή βούτυρο & μέλι) και ένας χυμός για κάθε παιδί.

Πρόβλεψη γευμάτων για παιδιά με τροφικές αλλεργίες.

Φρούτα: βερίκοκα, κεράσια, καρπούζι, πεπόνι, σταφύλι, μπανάνα.

Προϊόντα της Σχολής που χρησιμοποιούνται στο πρόγραμμα φαγητού: γάλα, βούτυρο, κίτρινο τυρί, αβγά, χυλοπίτες, σαλάτες.