

ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2024

Αριθ.Πρωτ. 27587

Κ. Χαλάνδρι, 30.8.24



Δευτέρα 2.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

τσουρέκι-φρούτο
κριθαράκι με σάλτσα-τυρί-σαλάτα
φρούτο

Τρίτη 3.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κουλούρι-φρούτο
μοσχάρι γιουβέτσι-σαλάτα
φρούτο

Τετάρτη 4.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

μουστοκούλουρο-φρούτο
φακές-αυγό-ελιές
φρούτο

Πέμπτη 5.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

τυρόπιτα-φρούτο
ρολό γαλοπούλα-ρύζι-σαλάτα
μπισκότο ολικής

Παρασκευή 6.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

μπριός-τυρί-ντομάτα-φρούτο
ψάρι-σαλάτα
φρούτο

Δευτέρα 9.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

ψωμί-βούτυρο-μέλι-φρούτο
μακαρόνια-τυρί-σαλάτα
φρούτο

Τρίτη 10.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κρέμα-φρούτο
μοσχάρι λεμονάτο-ρύζι-σαλάτα
μπισκότο ολικής

Τετάρτη 11.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γάλα-κορν φλέικς-φρούτο
φακές-αυγό-ελιές
φρούτο

Πέμπτη 12.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κέικ καρότου-φρούτο
γιουβαρλάκια-φέτα
φρούτο

Παρασκευή 13.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κουλούρι-φρούτο
ψάρι-σαλάτα
φρούτο

Δευτέρα 16.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

ψωμί-τυρί-αυγό-φρούτο
φακές-ελιές-τυρί
φρούτο

Τρίτη 17.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

τυρόπιτα-φρούτο
κοτόπουλο-πατάτες-σαλάτα
φρούτο

Τετάρτη 18.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κέικ λεμονιού-φρούτο
ρύζι με γιαούρτι-σαλάτα
φρούτο

Πέμπτη 19.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κρέμα-φρούτο
κεφτεδάκια-πατάτες-σαλάτα
φρούτο

Παρασκευή 20.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γάλα-κορν φλέικς-φρούτο
φασολάκια με πατάτες-φέτα
φρούτο

Δευτέρα 23.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

ψωμί-φιλαδέλφεια-φρούτο
πατάτες φούρνου-τυρί-σαλάτα
κράκερ ολικής

Τρίτη 24.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κουλούρι-φρούτο
ψάρι-σαλάτα
μπισκότο ολικής

Τετάρτη 25.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κέικ πορτοκάλι-φρούτο
φακές-αυγό-ελιές
μπισκότο ολικής

Πέμπτη 26.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γιαούρτι-μέλι-φρούτο
μοσχάρι ρολό-πατάτες-σαλάτα
φρούτο

Παρασκευή 27.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

ψωμί-φιλαδέλφεια-φρούτο
φασολάκια με πατάτες-φέτα
φρούτο

Δευτέρα 30.9.24

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

ψωμί-ταχίνι με μέλι-φρούτο
αρακάς με πατάτες-φέτα
φρούτο

* Το Διαιτολόγιο στη Μονάδα 1 προσαρμόζεται αναλόγως

Η Αναπλ. Γεν. Επόπτη

Άννα Ελευθερίου

Η Παιδιάτρος

Ιωάννα Λαϊνά