

ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ ΙΟΥΝΙΟΥ 2022

Αριθ.Πρωτ. 27529

Κ. Χαλάνδρι, 30.5.22



Τετάρτη 1.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

ψωμί-αυγό-ντομάτα-φρούτο
φακές-ελιές
φρούτο

Πέμπτη 2.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γιαούρτι-μέλι-φρούτο
κρέας κοκκινιστό-ρύζι-σαλάτα
φρούτο

Παρασκευή 3.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

μουστοκούλουρο-φρούτο
αρακάς με πατάτες-φέτα
φρούτο

Δευτέρα 6.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κουλούρι-φρούτο
κριθαράκι με σάλτσα-σαλάτα
φρούτο

Τρίτη 7.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κέικ καρότου-φρούτο
κοτόπουλο με χυλοπίτες-σαλάτα
φρούτο

Τετάρτη 8.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

ψωμί-βούτυρο-μέλι-φρούτο
φακές-αυγό-ελιές
φρούτο

Πέμπτη 9.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γιαούρτι-κορν φλεκς-φρούτο
γιουβαρλάκια-πράσινη σαλάτα
φρούτο

Παρασκευή 10.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

μπριός-τυρί-ντομάτα-φρούτο
μπριάμ-φέτα
μπισκότο ολικής

Τρίτη 14.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γιαούρτι-μέλι-φρούτο
φακές-ελιές
φρούτο

Τετάρτη 15.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κουλούρι-φρούτο
κοτόπουλο λεμονάτο με πατάτες-σαλάτα
φρούτο

Πέμπτη 16.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γάλα-κορν φλεκς-φρούτο
λαζάνια με κιμά-σαλάτα
φρούτο

Παρασκευή 17.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κέικ σοκολάτας-φρούτο
αρακάς με πατάτες-φέτα
φρούτο

Δευτέρα 20.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

μπριός-φιλαδέλφεια-ντομάτα-φρούτο
μακαρόνια με σάλτσα-σαλάτα
φρούτο

Τρίτη 21.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

μπράουνις-φρούτο
κρέας ρολό με ρύζι-σαλάτα
φρούτο

Τετάρτη 22.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γιαούρτι-μέλι-φρούτο
γεμιστά-φέτα
φρούτο

Πέμπτη 23.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γάλα-κορν φλεκς-φρούτο
σουτζουκάκια με πουρέ-σαλάτα
φρούτο

Παρασκευή 24.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

ψωμί-αυγό-φρούτο
φακές-ελιές
φρούτο

Δευτέρα 27.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

ψωμί-ταχίνι-φρούτο
κριθαράκι με σάλτσα-τυρί-σαλάτα
φρούτο

Τρίτη 28.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κρέμα-φρούτο
κεφτεδάκια-πατάτες-σαλάτα
φρούτο

Τετάρτη 29.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

κουλούρι-φρούτο
φασολάκια με πατάτες-φέτα
φρούτο

Πέμπτη 30.6.22

Πρωινό
Μεσημεριανό
Απογευματινό

γιαούρτι-μέλι-φρούτο
κοτόπουλο με πατάτες-σαλάτα
φρούτο

* Το Διαιτολόγιο στη Μονάδα 1 προσαρμόζεται αναλόγως

Η Αναπλ. Γεν. Επόπτη
Άννα Ελευθερίου

Η Παιδιάτρος
Ιωάννα Λαϊνά