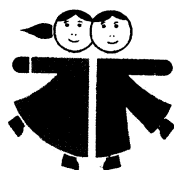
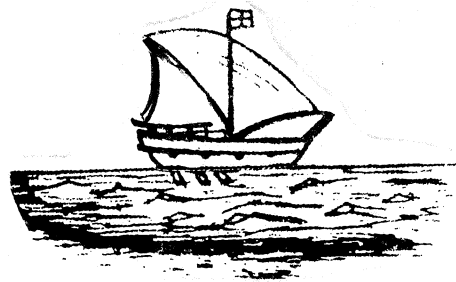


**ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ
Α.Τ.Π.Σ.Υ.Τ.Ε.**



**ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ
ΙΟΥΛΙΟΥ**





Αριθ. Πρωτ: 27499 Κ. Χαλάνδρι, 22.6..2021

Πέμπτη 1.7.21

Πρωινό : ψωμί-τυρί-φρούτο
Μεσημεριανό : κοτόπουλο-πατάτες-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο

Παρασκευή 2.7.21

Πρωινό : γιαούρτι-μέλι-φρούτο
Μεσημεριανό : φακές-αυγό-ελιές
Απογευματινό : κράκερ ολικής

Δευτέρα 5.7.21

Πρωινό : γάλα-κορν φλέικς-φρούτο
Μεσημεριανό : κριθαράκι με σάλτσα-τυρί-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο

Τρίτη 6.7.21

Πρωινό : μπριός-τυρί-ντομάτα-φρούτο
Μεσημεριανό : κοτόπουλο-χυλοπίτες-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο

Τετάρτη 7.7.21

Πρωινό : κουλούρι-φρούτο
Μεσημεριανό : ψάρι-βραστά λαχανικά
Απογευματινό : κράκερ ολικής



Πέμπτη 8.7.21

Πρωινό : κρέμα βανίλια-φρούτο
Μεσημεριανό : μοσχάρι-ρύζι-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο

Παρασκευή 9.7.21

Πρωινό : τυρόψωμο-φρούτο
Μεσημεριανό : φακές-αυγό-ελιές
Απογευματινό : φρούτο

Δευτέρα **12.7.21**

Πρωινό : ψωμί-ταχίνι-φρούτο
Μεσημεριανό : αρακάς με πατάτες-φέτα
Απογευματινό : φρούτο



Τρίτη **13.7.20**

Πρωινό : τoστ-φρούτο
Μεσημεριανό : ψάρι-βραστά λαχανικά
Απογευματινό : φρούτο

Τετάρτη **14.7.21**

Πρωινό : τσουρέκι-φρούτο
Μεσημεριανό : ρύζι-γιαούρτι-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο



Πέμπτη **15.7.21**

Πρωινό : γάλα-κορν φλέικς-φρούτο
Μεσημεριανό : σουβλάκι κοτόπουλο-πατάτες-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο

Παρασκευή **16.7.21**

Πρωινό : γιαούρτι-μέλι-φρούτο
Μεσημεριανό : μακαρόνια με σάλτσα-τυρί-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο

Δευτέρα **19.7.21**

Πρωινό : κουλούρι-φρούτο
Μεσημεριανό : μπριάμ-φέτα
Απογευματινό : μπισκότο ολικής

Τρίτη **20.7.21**

Πρωινό : γάλα-κορν φλέικς-φρούτο
Μεσημεριανό : κοτόπουλο λεμονάτο-πατάτες-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο

Τετάρτη **21.7.21**

Πρωινό : μousτοκούλουρο-φρούτο
Μεσημεριανό : ψάρι-σαλάτα
Απογευματινό : κράκερ σίκαλης

Πέμπτη **22.7.21**

Πρωινό : μπράουνις-φρούτο
Μεσημεριανό : κεφτεδάκια-πατάτες-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο



Παρασκευή 23.7.21

Πρωινό : γιαούρτι-μέλι-φρούτο
Μεσημεριανό : κριθαράκι με σάλτσα-τυρί-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο

Δευτέρα 26.7.21

Πρωινό : ψωμί-τυρί-ντομάτα-φρούτο
Μεσημεριανό : φασολάκια με πατάτες--φέτα
Απογευματινό : κράκερ ολικής

Τρίτη 27.7.21

Πρωινό : κουλούρι-φρούτο
Μεσημεριανό : μακαρόνια με κιμά-τυρί
Απογευματινό : φρούτο

Τετάρτη 28.7.21

Πρωινό : γάλα-κορν φλέικς-φρούτο
Μεσημεριανό : σπανακόρυζο-φέτα
Απογευματινό : φρούτο

Πέμπτη 29.7.21

Πρωινό : κρέμα βανίλια-φρούτο
Μεσημεριανό : κοτόπουλο-πατάτες-σαλάτα
Απογευματινό : κράκερ ολικής

Παρασκευή 30.7.21

Πρωινό : αυγά ποσέ-ψωμί--φρούτο
Μεσημεριανό : ρύζι με γιαούρτι-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο



Η Αναπλ.Γεν.Επόπτη

Αννα Ελευθερίου

Η Παιδιάτρος

Ιωάννα Λαϊνά