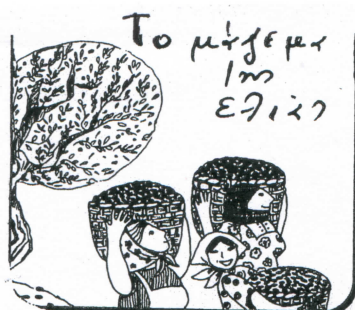


ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ
Α.Τ.Π.Σ.Υ.Τ.Ε.



**ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ
ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ**





Αριθ. Πρωτ: 27506 Κ. Χαλάνδρι, 25.10.2021

Δευτέρα 1.11.21

Πρωινό : γάλα-κορν φλέικς-φρούτο
Μεσημεριανό : ψαρόσουπα
Απογευματινό : κράκερ ολικής

Τρίτη 2.11.21

Πρωινό : τυροπιτάκια-φρούτο
Μεσημεριανό : γιουβαρλάκια-σαλάτα πράσινη
Απογευματινό : φρούτο

Τετάρτη 3.11.21

Πρωινό : ψωμί-αυγό-ντομάτα-φρούτο
Μεσημεριανό : ρεβίθια-ελιές
Απογευματινό : φρούτο

Πέμπτη 4.11.21

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

Παρασκευή 5.11.21

Πρωινό : κουλούρι-τυρί-φρούτο
Μεσημεριανό : ομελέτα λαχανικών-σαλάτα
Απογευματινό : κράκερ σίκαλης

Δευτέρα 8.11.21

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

Τρίτη 9.11.21

Πρωινό : κουλούρι-τυρί-φρούτο
Μεσημεριανό : ψάρι-σαλάτα βραστά λαχανικά
Απογευματινό : φρούτο

Τετάρτη	10.11.21
Πρωινό :	ψωμί-ντομάτα-αυγό-φρούτο
Μεσημεριανό :	φακές-ελιές
Απογευματινό :	κράκερ ολικής
Πέμπτη	11.11.21
Πρωινό :	γάλα- κορν φλέικς-φρούτο
Μεσημεριανό :	κοκκινιστό μοσχάρι-ρύζι-σαλάτα
Απογευματινό :	φρούτο
Παρασκευή	12.11.21
Πρωινό :	muffin-φρούτο
Μεσημεριανό :	σπανακόρυζο-φέτα
Απογευματινό :	φρούτο
Δευτέρα	15.11.21
Πρωινό :	μπριος-τυρί-ντομάτα-φρούτο
Μεσημεριανό :	κοτόσουπα αυγολέμονο
Απογευματινό :	κράκερ σίκαλης
Τρίτη	16.11.21
Πρωινό :	λουκουμάδες-φρούτο
Μεσημεριανό :	σουτζουκάκια-πουρέ-σαλάτα
Απογευματινό :	φρούτο
Τετάρτη	17.11.21
Πρωινό :	γιαούρτι-μέλι-φρούτο
Μεσημεριανό :	μακαρόνια με σάλτσα-τυρί-σαλάτα
Απογευματινό :	φρούτο
Πέμπτη	18.11.21
Πρωινό :	ψωμί-αυγό-ντομάτα-φρούτο
Μεσημεριανό :	φαρόσουπα
Απογευματινό :	φρούτο
Παρασκευή	19.11.21
Πρωινό :	μουστοκούλουρο-φρούτο
Μεσημεριανό :	φασολάδα-ελιές
Απογευματινό :	κράκερ ολικής
Δευτέρα	22.11.21
Πρωινό :	ψωμί-ταχίνι-φρούτο
Μεσημεριανό :	φακές-ελιές
Απογευματινό :	κράκερ ολικής



«Η μια ελιά κι η άλλη
το θγάνουνε το λάδι»

Τρίτη 23.11.21

Πρωινό : κουλούρι-φρούτο
Μεσημεριανό : κοτόπουλο με χυλοπίτες-σαλάτα
Απογευματινό : φρούτο

Τετάρτη 24.11.21

Πρωινό : λουκουμάδες-φρούτο
Μεσημεριανό : ψαρόσουπα
Απογευματινό : κράκερ σίκαλης

Πέμπτη 25.11.21

Πρωινό : γάλα-κορν φλέικς--φρούτο
Μεσημεριανό : πίτσα-σαλάτα πράσινη
Απογευματινό : φρούτο

Παρασκευή 26.11.21

Πρωινό : ελιόψωμο-φρούτο
Μεσημεριανό : σπανακόρυζο-φέτα
Απογευματινό : φρούτο

Δευτέρα 29.11.21

Πρωινό : ψωμί-βούτυρο-μαρμελάδα-φρούτο
Μεσημεριανό : φασολάκια με πατάτες-φέτα
Απογευματινό : φρούτο

Τρίτη 30.11.21

Πρωινό : κέικ μπανάνα-φρούτο
Μεσημεριανό : σνίτσελ γαλοπούλας-ρύζι-σαλάτα πράσινη
Απογευματινό : φρούτο



Η Αναπλ.Γεν.Επόπτη

Άννα Ελευθερίου

Η Παιδαγωγός

Ιωάννα Λαϊνά