

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 1 ^η Εβδομάδα							
ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 13/5/24	Τρίτη 14/5/24	Τετάρτη 15/5/24	Πέμπτη 16/5/24	Παρασκευή 17/5/24	Σάββατο 18/5/24	Κυριακή 19/5/24
Πρώτο Πιάτο	Λαχανόρυζο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Σούπα του Σεφ	Χορτόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1	Πέννες καρμπονάρα τυρί τριμμένο	Χοιρινό εξοχικό με ριζότο	Γαρίδες σαγανάκι με πιλάφι	Χοιρινή μπριζόλα ψητή με πατάτες τηγανιτές	Γίγαντες	Παστίτσιο	Χοιρινό αλα μπότσαρη με ριζότο
2	Μακαρόνια με σάλτσα λαχανικών τυρί τριμμένο	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Βακαλάος αλά σπετσιώτα και πανέ με πατάτες φούρνου	Κοτόπουλο με σως μουστάρδας-φιογκάκια	Φακές σούπα	Γαλοπούλα με χυλοπίτες	Αρνί ψητό με πατάτες φούρνου
Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα λάχανο, άσπρο, κόκκινο, καρότο,ελιές	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο κόκκινο,πολίτικη, καλαμπόκι, μουστάρδα	Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό, καρότο, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα, λάχανο άσπρο, κόκκινο	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο-κόκκινο,πολίτικη, καλαμπόκι, μουστάρδα	Ταραμοσαλάτα, ελιές, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα,ρόκα λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο,παντζάρια	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο, ρόκα ,λόλα	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα λάχανο, άσπρο, κόκκινο, καρότο
	Επιδόρπιο						
	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές
				Ρώσικη	Τυρί φέτα -Γλυκό	Τυρί φέτα	
ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 13/5/24	Τρίτη 14/5/24	Τετάρτη 15/5/24	Πέμπτη 16/5/24	Παρασκευή 17/5/24	Σάββατο 18/5/24	Κυριακή 19/5/24
Πρώτο Πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών	Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον	Ριζότο αλλαντικών	Σούπα λαχανικών
Κυρίως Πιάτα 1	Γιουβέτσι λαχανικών	Τυρόπιτα με πατάτες φούρνου	Μακαρόνια με κιμά τυρί τριμμένο	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Ταλιατέλες με σάλτσα ντομάτας Τυρί τριμμένο	Καλαμαράκια κοκκινιστά με πιλάφι	Φασολάκια λαδερά με πατάτες
2	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο	Σπετσοφάι βολιώτικο - ριζότο	Ομελέτα με ή χωρίς αλλαντικά και τυριά-πατάτες τηγανιτές	Σπανακόρυζο	Πίτσα special (Τυρί-ζαμπόν-μπέικον, πιπεριά) ή μαργαρίτα-πατάτες τηγανιτές	Μελιτζάνες φούρνου με τυριά και πατάτες τηγανιτές	Τριβελάκι καρμπονάρα
Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Ντομάτα,αγγούρι, λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο ,ρόκα ,λόλα	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Ντομάτα,αγγούρι, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα,ρόκα,λόλα	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο ρόκα ,λόλα
	Επιδόρπιο						
	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές
	Κομπόστα		Γιαούρτι	Τυρί φέτα		Ζελέ	Τυρί φέτα

*Ειδικό πιάτο : Αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και προσδιορίζεται κάθε φορά μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης.

ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΟ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 2^η Εβδομάδα

ΓΕΥΜΑ	Δευτέρα 20/5/24	Τρίτη 21/5/24	Τετάρτη 22/5/24	Πέμπτη 23/5/24	Παρασκευή 24/5/24	Σάββατο 25/5/24	Κυριακή 26/5/24
Πρώτο Πιάτο	Λαχανόρυζο	Κοτόσουπα	Ψαρόσουπα	Σούπα λαχανικών	Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα	Σούπα του σεφ	Κρεατόσουπα
Κυρίως Πιάτα 1	Ριγκατόνι καρμπονάρα	Χοιρινό κοκκινιστό με ριζότο	Χταπόδι κοκκινιστό με μακαρονάκι κοφτό	Κοτόπουλο ψητό με λαζανάκι	Φασολάδα	Γεμιστά λαδερά	Μοσχάρι κοκκινιστό με ριζότο
2	Μακαρόνια με κιμά τυρί τριμμένο	Κοτόπουλο με σως μουστάρδας - φιογκάκια	Τσιπούρα σχάρας με σάλτσα λαδολέμονο,πατάτες, μπρόκολο,καρότο	Σουβλάκι χοιρινό με πατάτες τηγανιτές, πίτα	Φακές σούπα	Κοτόπουλο γιουβέτσι	Χοιρινό αλα μπότσαρη με πατάτες φούρνου

Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα λάχανο, άσπρο,κόκκινο, καρότο	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο-κόκκινο,πολίτικη, καλαμπόκι, μoustάρδα	Μπρόκολο ή κουνουπίδι βραστό, καρότο, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα, ντομάτα, αγγούρι, κόκκινο, μανιτάρια	Μαρούλι, ρόκα, λόλα, κρουτόν, λάχανο άσπρο-κόκκινο,πολίτικη, καλαμπόκι, μoustάρδα	Ταραμοσαλάτα, ελιές, μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα,ρόκα λόλα ,λάχανο άσπρο,κόκκινο, καρότο,παντζάρια, ντολμαδάκια	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα λάχανο, άσπρο, κόκκινο, καρότο	Ντομάτα,αγγούρι, λάχανο, άσπρο, κόκκινο, καρότο
	Επιδόρπιο						
	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές	Φρούτο Εποχής 2 επιλογές
			Αναψυκτικό	Τζατζίκι	Τυρί Φέτα - Γλυκό	Τυρί φέτα	

ΔΕΙΠΝΟ	Δευτέρα 20/5/24	Τρίτη 21/5/24	Τετάρτη 22/5/24	Πέμπτη 23/5/24	Παρασκευή 24/5/24	Σάββατο 25/5/24	Κυριακή 26/5/24
Πρώτο πιάτο	Μινεστρόνε	Σούπα ζυμαρικών	Τοματόσουπα	Κους κους με μανιτάρια	Πουρές με μπέικον	Χορτόσουπα	Ριζότο με λαχανικά
Κυρίως Πιάτα 1	Σπανακόρυζο	Κασερόπιτα με πατάτες φούρνου	Μακαρόνια με σάλτσα αματρισιάνα τυρί τριμμένο	Αρακάς λαδερός με πατάτες	Τριβελάκι με σάλτσα ντομάτας Τυρί τριμμένο	Πέννες γαλανορέντζο (ζαμπόν,τυριά διάφορα,κρέμα γάλακτος)	Τορτελίνια καρμπονάρα τυρί τριμμένο
2	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με ριζότο	Σπετσοφάι βολιώτικο - ριζότο	Στραπατσάδα με τυρί-πατάτες τηγανιτές	Πατάτες γιαχνί με μανιτάρια	Πίτσα special (Τυρί-ζαμπόν-μπέικον, πτεριά) ή μαργαρίτα-πατάτες τηγανιτές	Σπανακοτυρόπιτα με πατάτες φούρνου	Φασολάκια λαδερά με πατάτες

Συνοδευτικά	Μπουφές Σαλάτα						
	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα-λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, μαρούλι, κρεμμυδάκι φρέσκο ,ρόκα ,λόλα	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα λάχανο, άσπρο-κόκκινο, καρότο	Μαρούλι με κρεμμύδια φρέσκα, ρόκα, λόλα λάχανο, άσπρο, κόκκινο, καρότο	Ντομάτα, πιπεριά, κρεμμύδι, λάχανο, άσπρο,κόκκινο, καρότο
	ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ						

	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές	Φρούτο 2 επιλογές		
	Γάλα		Γιαούρτι	Τυρί Φέτα			

*Ειδικό πιάτο : Αφορά ειδικές διατροφικές ανάγκες και προσδιορίζεται κάθε φορά μετά από καταγραφή της σχετικής ανάγκης

Πρωινό

		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σαββάτο	Κυριακή
Εβδομάδα	1 ^η	13/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο, άρτος,μαρμελάδα, τυρόπιτα	14/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός ,βούτυρο, άρτος, μέλι, ντόνατς	15/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός ,βούτυρο, άρτος, μαρμελάδα, κέικ	16/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός ,βούτυρο, άρτος, πραλίνα ή μέλι, σφολιάτα	17/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο, άρτος, μαρμελάδα, χυμός, αυγό	18/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο,άρτος μαρμελάδα, ζαμπόν,τυρί	19/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο,άρτος, μέλι ζαμπόν,τυρί
	2 ^η	20/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο, άρτος,μαρμελάδα, τυρόπιτα	21/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός ,βούτυρο, άρτος, μαρμελάδα, ντόνατς	22/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός ,βούτυρο, άρτος, μέλι, κέικ	23/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός ,βούτυρο, άρτος, μαρμελάδα, σφολιάτα	24/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός ,βούτυρο, άρτος, μέλι, χυμός, αυγό	25/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός ,βούτυρο, άρτος, μαρμελάδα, ζαμπόν,τυρί	26/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο, άρτος, μαρμελάδα ζαμπόν,τυρί
	3 ^η	27/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο, άρτος, μέλι, τυρόπιτα	28/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο, άρτος, μαρμελάδα, ντόνατς	29/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο, άρτος,μαρμελάδα κέικ	30/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο, άρτος, μέλι, σφολιάτα	31/5/24 Γάλα, καφές, τσάι, χυμός, βούτυρο, άρτος, μαρμελάδα, χυμός, αυγό		