



## Πρόγραμμα Γευμάτων 2020-2021

### Εβδομάδα 1η

ΓΕΥΜΑ/ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή
Μεσημεριανό	Κοτόπουλο λεμονάτο με πατάτες, σαλάτα, φρούτο	Πέννες με κιμά, σαλάτα με φέτα, φρούτο	Φιλέτο ψαριού με ρύζι και καλαμπόκι, σαλάτα, φρούτο	Μοσχάρι με κριθαράκι, σαλάτα με φέτα, φρούτο	Αρακάς λαδερός, σαλάτα, αυγό, φρούτο

### Εβδομάδα 2η

ΓΕΥΜΑ/ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή
Μεσημεριανό	Κοτόπουλο κοκκινιστό με κοφτό μακαρονάκι, σαλάτα, φρούτο	Φακές, σαλάτα με φέτα, φρούτο	Φιλέτο ψαριού με πατάτες, σαλάτα, φρούτο	Μπιφτέκι μοσχαρίσιο με ρύζι, σαλάτα, φρούτο	Φασολάκια με πατάτες, σαλάτα, αυγό, φρούτο

### Εβδομάδα 3η

ΓΕΥΜΑ/ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή
Μεσημεριανό	Κοτόπουλο λεμονάτο με ρύζι, σαλάτα, φρούτο	Φασολάδα, σαλάτα με φέτα, φρούτο	Φιλέτο ψαριού με πατάτες και λαχανικά, σαλάτα, φρούτο	Πέννες με κιμά, σαλάτα, φρούτο	Σπανακόρυζο, σαλάτα, αυγό, φρούτο

Τα γεύματα προσφέρονται σε ατομικές σφραγισμένες συσκευασίες μαζί με ατομικό ψωμάκι και ατομικό κουβέρ.