

#### Α' Εβδομάδα

##### **Δευτέρα**

Πρωινό: Ψωμί με βούτυρο κ μαρμελάδα  
Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά και τυρί  
Απογευματινό: Μους σοκολάτα

##### **Τρίτη**

Πρωινό: Φρυγανιά με τυρί κρέμα  
Μεσημεριανό: Μπακαλιάρος λεμονάτος με πατάτες και σαλάτα  
Απογευματινό: Φρούτο εποχής

##### **Τετάρτη**

Πρωινό: Γιαούρτι με μέλι  
Μεσημεριανό: Φασολάκια με πατάτες και φέτα  
Απογευματινό: Κέικ ανάμεικτο

##### **Πέμπτη**

Πρωινό: Ψωμί με μερέντα  
Μεσημεριανό: Κοτόπουλο βελουτέ με ρύζι  
Απογευματινό: Φρούι ζελέ με φρέσκα φρούτα

##### **Παρασκευή**

Πρωινό: Φρυγανιά με μέλι  
Μεσημεριανό: Φακές με φέτα  
Απογευματινό: Φρούτο εποχής

#### Β' Εβδομάδα

##### **Δευτέρα**

Πρωινό: Ψωμί με βούτυρο κ μαρμελάδα  
Μεσημεριανό: Μπιφτέκια με πατάτες κ σαλάτα  
Απογευματινό: Γιαούρτι φρούτων

##### **Τρίτη**

Πρωινό: Φρυγανιά με κίτρινο τυρί  
Μεσημεριανό: Ψαρόσουπα  
Απογευματινό: Φρούτο εποχής

##### **Τετάρτη**

Πρωινό: Γιαούρτι με μέλι  
Μεσημεριανό: Μπριάμι με φέτα  
Απογευματινό: Ρυζόγαλο

##### **Πέμπτη**

Πρωινό: Ψωμί με βούτυρο κ μαρμελάδα  
Μεσημεριανό: Κοτόπουλο κοκκινιστό με ρύζι κ τυρί  
Απογευματινό: Χαλβάς

##### **Παρασκευή**

Πρωινό: Φρυγανιά με μέλι  
Μεσημεριανό: Ρεβυθόριζο  
Απογευματινό: Φρούτο εποχής

#### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΑΓΗΤΟΥ

#### Γ' Εβδομάδα

##### **Δευτέρα**

Πρωινό: Ψωμί με βούτυρο κ μαρμελάδα  
Μεσημεριανό: Κεφτεδάκια κοκκινιστά με κοφτό μακαρόνι  
Απογευματινό: Πάστα φλώρα

##### **Τρίτη**

Πρωινό: Φρυγανιά με τυρί κρέμα  
Μεσημεριανό: Ριζότο ψαριού  
Απογευματινό: Φρούτο εποχής

##### **Τετάρτη**

Πρωινό: Γιαούρτι με μέλι  
Μεσημεριανό: Αρακάς με φέτα  
Απογευματινό: Ραβανί

##### **Πέμπτη**

Πρωινό: Ψωμί με μερέντα  
Μεσημεριανό: Κοτόπουλο στον φούρνο με πατάτες  
Απογευματινό: Κομπόστα

##### **Παρασκευή**

Πρωινό: Φρυγανιά κ μέλι  
Μεσημεριανό: Πέννες με σάλτσα λαχανικών και τυρί  
Απογευματινό: Φρούτο εποχής

#### Δ' Εβδομάδα

##### **Δευτέρα**

Πρωινό: Ψωμί με βούτυρο κ μαρμελάδα  
Μεσημεριανό: Παστίτσιο  
Απογευματινό: Γιαούρτι φρούτων

##### **Τρίτη**

Πρωινό: Φρυγανιά με κίτρινο τυρί  
Μεσημεριανό: Ψάρι πλακί με πατάτες φούρνου  
Απογευματινό: Φρούτο εποχής

##### **Τετάρτη**

Πρωινό: Γιαούρτι με μέλι  
Μεσημεριανό: Σπανακόρυζο με φέτα  
Απογευματινό: Γλυκό ψυγείου

##### **Πέμπτη**

Πρωινό: Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα  
Μεσημεριανό: Κοτόσουπα  
Απογευματινό: Χαλβάς

##### **Παρασκευή**

Πρωινό: Φρυγανιά κ μέλι  
Μεσημεριανό: Σούπα λαχανικών  
Απογευματινό: Φρούτο εποχής

\*Το πρωινό συνοδεύεται από χυμό πορτοκάλι.  
Τα υπόλοιπα γεύματα τα συνοδεύει νερό.  
Με το μεσημεριανό σερβίρεται φρέσκο ψωμί.