

1η ΕΒΔΟΜΑΔΑ Νησισίμο

ΗΜΕΡΑ		ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΓΕΥΜΑ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	Σούπα λαχανικών	Τραχανάς νησισίμο	Ριζότο με μανιτάρια	Φάβα	Κολοκυθάκια ψητά	Κριθαρότο λαχανικών	Σουφλέ σπανάκι με ντομάτα
	ΚΥΡΙΩΣΠΙΑΤΟ	Φασόλια χάντρες και ελιές - πίκλες	Φασολάκια λαδερά με πατάτες και καρότο και ελιές - πίκλες	Χταπόδι γιουβέτσι πίκλες ελιές	Αρακάς λαδερός και ελιές - πίκλες	Θράψαλα γιαχνί με κοφτό μακαρονάκι πίκλες ελιές	Ντοματοπιπεριές γεμιστές λαδερές , πίκλες ελιές	Αγκινάρες πολίτα και ελιές - πίκλες
	Ψωμί	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη
	Σαλάτα	ΜΑΡΟΥΛΙ & ΠΟΛΙΤΙΚΗ	ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΜΑΡΟΥΛΙ ΝΤΟΜΑΤΑ	ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ ΡΟΚΑ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΡΟΤΟ	ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΜΠΡΟΚΟΛΟ ΑΤΜΟΥ	ΑΓΓΟΥΡΟΝΤΟΜΑΤΑ ΚΑΙ ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙ ΑΤΜΟΥ	ΜΑΡΟΥΛΙ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΗ	ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΧΟΡΤΑ ΒΡΑΣΤΑ
	Φρούτο		Ναι		Ναι		Ναι	
	Γλυκό	Μηλόπιτα νησισίμη		Χαλβάς		Ρυζόγαλο νησισίμο		Χαλβάς

ΗΜΕΡΑ		ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΔΕΙΠΝΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	Ζυμαρικό Ναπολιταίν	Σούπα κρέμα με ρύζι και δούσμο	Ρεβύθια σαλάτα	Κριθαρότο με λαχανικά	Φασόλια σαλάτα	Μπάμιες λαδερές	Σούπα λαχανικών
	ΚΥΡΙΩΣΠΙΑΤΟ	Σουπιές με σπανάκι μάραθο και ελιές - πίκλες	Μπάμιες γιαχνί με πατάτες και ελιές - πίκλες	Τουρλού λαχανικών και ελιές - πίκλες	Μελιτζάνες ιμάμ γιαχνί με πατάτες , πίκλες ελιές	Πέννες με σάλτσα ντομάτας , πίκλες ελιές	Ρεβύθια σούπα και ελιές - πίκλες	Ζυμαρικό με σάλτσα λαχανικών
	Ψωμί	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη
	Σαλάτα	ΜΑΡΟΥΛΙ & ΠΟΛΙΤΙΚΗ	ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΜΑΡΟΥΛΙ ΝΤΟΜΑΤΑ	ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ ΡΟΚΑ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΡΟΤΟ	ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΜΠΡΟΚΟΛΟ ΑΤΜΟΥ	ΑΓΓΟΥΡΟΝΤΟΜΑΤΑ ΚΑΙ ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙ ΑΤΜΟΥ	ΜΑΡΟΥΛΙ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΗ	ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΧΟΡΤΑ ΒΡΑΣΤΑ
	Φρούτο	Ναι		Ναι		Ναι		Ναι
	Γλυκό		Ραβανί νησισίμο		Σοκολατόπιτα νησισίμη		Ραβανί νησισίμο	