

ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ

Δε

9

- Μακαρόνια με σάλτσα ντομάτα
- Σαλάτα
- Φρούτο

16

- Κοτόπουλο λεμονάτο, ρύζι
- Σαλάτα
- Φρούτο

23

- Κοτόπουλο κοκκινιστό, πατάτες τηγανιτές
- Σαλάτα
- Φρούτο

30

Αργία

Τρ

10

- Σούπα με λαχανικά και ρύζι
- Σαλάτα
- Φρούτο

17

- Μακαρόνια με κιμά, τυρί τριμμένο
- Σαλάτα
- Φρούτο

24

- Ψαρόσπουπα
- Βραστά λαχανικά
- Κέικ μήλου

31

- Κοτόπουλο στο φούρνο, πατάτες φούρνου
- Σαλάτα
- Φρούτο

Τε

11

- Φακές
- Σαλάτα κρητική
- Μωσαϊκό ZZN, ΠΠΝ Φρούτο

18

- Μοσχάρι γιουβέτσι, κριθαράκι
- Σαλάτα
- Φρούτο

25

- Μακαρόνια με σάλτσα
- Σαλάτα
- Φρούτο

Πε

12

- Μπιφτέκια στο φούρνο με πατάτες
- Σαλάτα
- Φρούτο

19

- Πίτσα μαργαρίτα ZZN, ΠΠΝ
- Σούπα λαχανικών
- Σαλάτα
- Φρούτο

26

- Σουτζουκάκια με ρύζι
- Σαλάτα
- Φρούτο

Πα

13

- Αρακάς λαδερός, τυρί φέτα
- Γιαούρτι με μέλι

20

- Φασολάδα, τυροπιτάκι
- Σαλάτα
- Κρέμα βανίλια ZZN, ΠΠΝ Φρούτο

27

- Φακές
- Σαλάτα
- Πανακότα ZZN, ΠΠΝ Φρούτο