

**ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ - ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΝΘΟΥΠΟΛΗΣ**

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 23/9</b>	<b>ΤΡΙΤΗ 24/9</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 25/9</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ 26/9</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>
Κοτομπουκιές πουργούρι	Μπιζέλι με ντομάτα πατάτα, καρότο ψωμί	Φακές με ρύζι	Κριθαράκι με κιμά	Ραβιόλες
γιαούρτι, αγγουράκι	γιαούρτι, αγγουράκι	ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι	ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι	ψωμί γιαούρτι
φρούτο	φρούτο	φρούτο	φρούτο	φρούτο

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 30/9</b>	<b>ΤΡΙΤΗ 01/10</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 02/10</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ 03/10</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 04/10</b>
Μπιφτέκι κοτόπουλο πουργούρι	Αργία	Φακές με ντομάτα	Ψάρι μπακαλιάρως ρύζι	Κριθαράκι με ρύζι
γιαούρτι, αγγουράκι		ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι	γιαούρτι, αγγουράκι	γιαούρτι, αγγουράκι
φρούτο		φρούτο	φρούτο	φρούτο

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 07/10</b>	<b>ΤΡΙΤΗ 08/10</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 09/10</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ 10/10</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 11/10</b>
Κοτόπουλο κριθαράκι ψωμί	Φασολάκι με ντομάτα πατάτα, καρότο ψωμί	Ψαρομπουκιές ρύζι ψωμί	Μακαρόνι στριφτό τρίμμα	Φασόλια με ντομάτα πατάτα, καρότο ψωμί
γιαούρτι, αγγουράκι	γιαούρτι, αγγουράκι	γιαούρτι, αγγουράκι	γιαούρτι	αγγουράκι
φρούτο	φρούτο	φρούτο	φρούτο	φρούτο

#VALUE!

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 14/10</b>	<b>ΤΡΙΤΗ 15/10</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 16/10</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ 17/10</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 18/10</b>
Ρολό με ρύζι	Μακαρόνια σπαγγέτι Σάλτσα ντομάτας τρίμμα	Φακές με ρύζι	Ραβιόλες	Φασολάκι με ντομάτα πατάτα, καρότο
γιαούρτι, αγγουράκι	γιαούρτι	ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι	ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι	ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι
φρούτο	φρούτο	φρούτο	φρούτο	φρούτο

#VALUE!

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 21/10</b>	<b>ΤΡΙΤΗ 22/10</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 23/10</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ 24/10</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25/10</b>
Μπιφτέκι χοιρινό ρύζι	Κοτόπουλο κριθαράκι ψωμί	Φασόλια βραστά πατάτα, καρότο τόνο, ψωμί	Μπιζέλι με ντομάτα πατάτα, καρότο ψωμί	Μακαρόνια του φούρνου
γιαούρτι, αγγουράκι	γιαούρτι, αγγουράκι	αγγουράκι	γιαούρτι, αγγουράκι	ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι
φρούτο	φρούτο	φρούτο	φρούτο	φρούτο

#VALUE!

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 28/10</b>	<b>ΤΡΙΤΗ 29/10</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 30/10</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ 31/10</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 01/11</b>
Αργία	Σουβλάκι κοτόπουλο πίττα	Φακές με ντομάτα	Ραβιόλες	Φασολάκι με ντομάτα πατάτα, καρότο
	τζατζίκι, αγγουράκι	ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι	ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι	ψωμί γιαούρτι, αγγουράκι
	φρούτο	φρούτο	φρούτο	φρούτο