



Μενού φαγητού  
Puzzle ΚΔΑΠ ΜΕΑ

**Α' εβδομάδα**

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
Πρωινό 8.30	Φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο -μαρμελάδα ή μερέντα, χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)	Δημητριακά με γάλα ή φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο και μέλι, Χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)	Φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο -μαρμελάδα ή μερέντα, χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)	Δημητριακά με γάλα ή φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο και μέλι, Χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)	Φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο -μαρμελάδα ή μερέντα, χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)
Μεσημεριανό 12.00	Μπιφτέκια ή κεφτεδάκια με πατάτες φούρνου	Μακαρόνια με κιμά (μοσχαρίσιο)	Μπαγκέτα με τυρί (ζαμπον προαιρετικό σε περίπτωση νηστείας)  Πατάτες τηγανιτές	Πίτσα με σάλτσα ντομάτας , τυρί και σαλάμι	Κροκέτες ψαριού με ρύζι Καρολίνα
Snack-επιδόρπιο	Ζελέ φρούτων- φρέσκα φρούτα εποχής	Παγωτό χαμηλών λιπαρών και ζάχαρης  Φρούτα εποχής	Γιαούρτι με μέλι ή σιρόπι κεράσι/φράουλα	Ζελέ φρούτων- φρέσκα φρούτα εποχής	Γιαούρτι με μέλι ή σιρόπι κεράσι/φράουλα

**Β' εβδομάδα**

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
Πρωινό 8.30	Φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο -μαρμελάδα ή μερέντα, χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)	Δημητριακά με γάλα ή φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο και μέλι, Χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)	Φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο -μαρμελάδα ή μερέντα, χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)	Δημητριακά με γάλα ή φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο και μέλι, Χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)	Φρυγανισμένο ψωμί με βούτυρο -μαρμελάδα ή μερέντα, χυμός πορτοκάλι (τύπου Αμίτα)
Μεσημεριανό 12.00	Κεφτεδάκια κοτόπουλου με noodles	Μακαρόνακι με τυρί-μπεικον και λαχανικά στο φούρνο (Mac & cheese)	Τυρόπιτα-Κασερόπιτα  Πατάτες τηγανιτές	Burger μοσχαρίσιος ή χοιρινος κιμάς-τυρί-σάλτσα ντομάτας	Κροκέτες ψαριού με πατάτες τηγανιτές
Snack-επιδόρπιο	Ζελέ φρούτων- φρέσκα φρούτα εποχής	Παγωτό χαμηλών λιπαρών και ζάχαρης  Φρούτα εποχής	Γιαούρτι με μέλι ή σιρόπι κεράσι/φράουλα	Ζελέ φρούτων- φρέσκα φρούτα εποχής	Γιαούρτι με μέλι ή σιρόπι κεράσι/φράουλα

- Το μενού του φαγητού έχει βασιστεί στην οδηγία του Υπουργείου Παιδείας περί προετοιμασίας σχολικού φαγητού «Υλοποίηση προγράμματος “Σχολικά Γεύματα” σε σχολικές μονάδες Α/θμιας Εκπ/σης για το σχ. έτος 2020-21» (αρ. πρωτ. Φ.14/ΦΜ/108048/Δ1/21-8-20 Υ.Α. (Β’ 3606) και της με αρ. πρωτ. Φ.14/ΦΜ/117420 /Δ1/8-9-20 Εγκυκλίου).
- Τα προϊόντα φαγητού μαγειρεύονται την ίδια ημέρα.
- Οι πατάτες, η πίτσα, ψαροκροκέτες και κεφτεδάκια/μπιφτέκια είναι κατεψυγμένα προψημένα φαγητά.
- Για το τηγάνισμα χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο.
- Τα προϊόντα πρωινού και επιδόρπιου είναι χαμηλά σε λιπαρά και ζάχαρη.
- Σε περίπτωση αλλεργίας είτε ειδικών οδηγιών διατροφής, θα πρέπει να μας ενημερώσετε άμεσα και να παρέχετε το φαγητό του εξυπηρετούμενου παιδιού.
- Παρακαλείσθε να μην προμηθεύετε σνακ είτε άλλα φαγητά που μπορεί να προκαλέσουν αλλεργία σε άλλα άτομα που βρίσκονται στο χώρο. Συνεπώς απαγορεύεται στο χώρο το αυγό, ξηροί καρποί, φράουλες, φαγητά με γλουτένη ή προϊόντα ξηρών καρπών.

