

XX ΤΟ ΜΕΡΑΡΧΙΑ
«ΜΕΡΑΡΧΙΑ ΙΠΠΙΚΟΥ - ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ»
4ο ΕΠΙΤΕΛΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ/2
25 Απρ 16

ΠΡΟΣΘΗΚΗ «1» ΣΤΟ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ «Β» ΣΤΟ
Φ.604/12/12240/Σ.852

ΓΕΝΙΚΟ ΣΥΣΣΙΤΙΟ

A/A	ΗΜΕΡΑ	ΠΡΩΙΝΟ	ΓΕΥΜΑ	ΔΕΙΠΝΟ	ΠΑΡ/ΣΕΙΣ
1 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ					
1	Δευτέρα	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μακαρόνια 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr	Πατάτες Φούρνου 250 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	α. Το γεύμα και το δείπνο να συνοδεύεται από Άρτο 250 gr ή Ένα (1) Αρτίδιο 80 gr. β. Το φρούτο εποχής θα πρέπει να είναι 100-120 gr. γ. Οι ελιές είναι 20-30 gr δ. Όλες οι ποσότητες αναφέρονται σε έτοιμα προς βρώση γεύματα. ε. Ημερήσιο σιτηρέσιο είναι 2000 (+/- 100Kcal) θερμίδων
2	Τρίτη	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φακόρυζο 300 gr Τυρί Φέτα 50 gr	Αρακάς με πατάτες 300 gr (συνολικά) Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
3	Τετάρτη	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Κοτόπουλο 250-300gr με Ρύζι 100gr	Μακαρόνια 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
4.	Πέμπτη	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Πουρές 300 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Ομελέτα (3 αβγά κατ' άτομο) με Πατάτες 150 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
5.	Παρασκευή	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φασολάκια λαδερά με πατάτες 300 gr. (συνολικά) Τυρί φέτα 50 gr	Ομελέτα (3 αβγά κατ' άτομο) με Πατάτες 150 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
6.	Σάββατο	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φασολάδα 300 gr , Ελιές	Ρύζι 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	

B-1-2

A/A	ΗΜΕΡΑ	ΠΡΩΙΝΟ	ΓΕΥΜΑ	ΔΕΙΠΝΟ	ΠΑΡ/ΣΕΙΣ
7.	Κυριακή	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μοσχάρι 150 gr με Μακαρόνια 250 gr	Πατάτες Φούρνου 250 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
2 ^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ					
8.	Δευτέρα	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μακαρόνια 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr	Πουρές 300gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
9.	Τρίτη	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Σπανακόρυζο 300 gr Τυρί Φέτα 50 gr	Ομελέτα (3 αβγά κατ' άτομο) με Πατάτες 150 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
10.	Τετάρτη	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μακαρόνια 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr	Αρακάς με πατάτες 300 gr (συνολικά) Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
11.	Πέμπτη	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Κοτόπουλο 250 gr – 300 gr Μακαρόνια 150 gr	Πατάτες Φούρνου 250 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
12.	Παρασκευή	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φακές 300 gr Τυρί Φέτα 50 gr	Φασολάκια λαδερά με πατάτες 300 gr. (συνολικά) Ένα (1) φρούτο εποχής	
13.	Σάββατο	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φασολάδα 300 gr , Ελιές	Ρύζι 150 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	
14.	Κυριακή	Ατομικός χυμός 250 ml Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μοσχάρι Κοκκινιστό 200-250 gr Με Ρύζι 150gr	Πατάτες Φούρνου 250 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	

Ακριβές Αντίγραφο

Ανχης (ΤΧ) Μιχαήλ Μιχαηλίδης
(Για τον απουσιάζοντα δντή)Λγός (ΥΝ) Μαρία Βραδέλη
4ο ΕΓ/2