



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ**

**ΕΡΥΘΡΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥ 28 & ΚΑΡΥΩΤΑΚΗ
22100 ΤΡΙΠΟΛΗ
ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ: [HTTP://WWW.UOP.GR](http://www.uop.gr)**

**Δ/ΝΣΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ &
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ**

ΑΝΑΡΤΗΤΕΑ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΜΗΘΕΙΩΝ

Τρίπολη: 09/09/2016

Τηλέφωνο: 2710372111, Fax: 2710 372108

Αρ. Πρωτ.: 6886

Πληροφορίες: Τσώκου Βασιλική, Καρβέλας

Κωνσταντίνος

e-mail: vtsokou@uop.gr, dinoskar@uop.gr

Στην Τρίπολη, σήμερα 9 Σεπτεμβρίου 2016, ημέρα Παρασκευή στα γραφεία του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου που εδρεύει στην Τρίπολη, Κτίριο Κεντρικής Διοίκησης-πρυτανεία, Ερυθρού Σταυρού 28 και Καρυωτάκη, μεταξύ των συμβαλλόμενων, αφενός μεν του ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ Ν.Π.Δ.Δ., που νόμιμα εκπροσωπείται, από τον Αναπληρωτή Πρύτανη για θέματα Οικονομικής Διαχείρισης και Νέων Τεχνολογιών Αναπληρωτή Καθηγητή, Γεώργιο Λέπουρα, (δυνάμει ΦΕΚ 315/τ.Β'/09-03-2015, και αφετέρου της Ανώνυμης Εμπορικής Εταιρείας Παραγωγής και Εμπορίας Έτοιμων γευμάτων με διακριτικό τίτλο KORINTHIAN PALACE CATERING Α.Ε που εδρεύει στο Σολωμό Κορινθίας με Α.Φ.Μ. 998586666-ΔΟΥ Κορίνθου όπως νόμιμα εκπροσωπείται από τον Κακογιάννη Ηλία με ΑΔΤ ΑΗ 225192/05-08-2008 ΤΑ Κορίνθου τηλ: 2741032700 σύμφωνα με το υπ' αριθμ. 6729/25.10.2007 καταστατικό της εταιρείας.

Και αφού έλαβαν υπόψη:

1. Την υπ' αριθμ. 20/09-02-2016 Απόφαση της Αναθέτουσας Αρχής για έγκριση διενέργειας Ανοικτού Διεθνούς Ηλεκτρονικού Διαγωνισμού Σίτισης των φοιτητών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (ΑΔΑ: 7ΘΞΨ469Β7Δ-ΝΕΟ) κατά το χρονικό διάστημα από 01-09-2016 έως 31-12-2018
2. Την υπ' αριθμ. 17/08-03-2016 Απόφαση της Αναθέτουσας Αρχής για Ορισμό των Επιτροπών του Ανοικτού Διεθνούς Ηλεκτρονικού Διαγωνισμού Σίτισης των φοιτητών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (ΑΔΑ: ΨΑΠΙ469Β7Δ-758) κατά το χρονικό διάστημα από 01-09-2016 έως 31-12-2018
3. τη διεξαγωγή του υπ' αριθμ 02/2016 Ανοικτού Διεθνούς Ηλεκτρονικού Διαγωνισμού (Α.Α 22735) με κριτήριο κατακύρωσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά για την ανάδειξη αναδόχου για τη σίτιση των φοιτητών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου στις Πανεπιστημιακές Μονάδες Τρίπολης, Κορίνθου, Σπάρτης, Καλαμάτας και Ναυπλίου για το χρονικό διάστημα από 1-09-2016 έως 31-12-2018 που έλαβε χώρα με εναρκτήρια συνεδρίαση της Επιτροπής Αξιολόγησης Αποτελεσμάτων Διαγωνισμού στις 03-06-2016 και καταληκτική συνεδρίαση στις 24-08-2016
4. την υπ' αριθμ. 35040/30-05-2016 10:08:23 προσφορά της εταιρείας, της οποίας οι πίνακες τεχνικής προσφοράς και οικονομικής προσφοράς αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της παρούσας σύμβασης
5. την υπ' αριθμ. 4/25-08-2016 απόφαση της Αναθέτουσας Αρχής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (συνεδρίαση 93η, ΑΔΑ: Ω0ΕΒ469Β7Δ-ΓΚΣ Κατακύρωση Διαγωνισμού), σύμφωνα με την οποία η κατακύρωση του υπ' αριθμ 02/2016 Ανοικτού Διεθνούς ηλεκτρονικού Διαγωνισμού για τη σίτιση των φοιτητών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου γίνεται στην εταιρεία KORINTHIAN PALACE CATERING A.E, η οποία κατέθεσε την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά
6. το υπ' αριθμ 58010/01.09.2016 έγγραφο του Ελεγκτικού Συνεδρίου βάσει του οποίου το Ελεγκτικό Συνέδριο απεφάνθη για τη νομιμότητα των στοιχείων της διαδικασίας ανάδειξης αναδόχου και του σχεδίου σύμβασης με αντικείμενο τη

σίτιση των φοιτητών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου στις Πανεπιστημιακές Μονάδες Τρίπολης, Κορίνθου, Σπάρτης, Καλαμάτας και Ναυπλίου για το χρονικό διάστημα από 01-09-2016 έως 31-12-2018 προ υπολογιζόμενης δαπάνης 1.225.301,40 ευρώ (με Φ.Π.Α) –εμπεριέχεται δικαίωμα προαίρεσης (το οποίο αν χρησιμοποιηθεί ανέρχεται στο ποσό των 42.000,00 ευρώ (άνευ ΦΠΑ) και κρίνει ότι δεν υφίσταται νόμιμος λόγος που να κωλύει την υπογραφή της σύμβασης

7. Την με αριθμ. πρωτ. 31/04-01-2016 απόφαση ανάληψης υποχρέωσης (ΑΔΑ: ΩΧΩΥ469Β7Δ-5ΕΞ) που καταχωρήθηκε στο βιβλίο εγκρίσεων και πληρωμών του οικονομικού Έτους 2016 με α/α 8/04-01-2016 συν. ποσού 196.000,00 ευρώ σύμφωνα με το Π.Δ. 113/2010
8. Την με αριθμ. πρωτ. 1219/17-02-2016 απόφαση ανάληψης υποχρέωσης (ΑΔΑ: 7ΘΦΖ469Β7Δ-26Α) που καταχωρήθηκε στο βιβλίο εγκρίσεων και πληρωμών του οικονομικού Έτους 2016 με α/α 86 συν. ποσού 324.000,00 ευρώ σύμφωνα με το Π.Δ. 113/2010
9. Την με αριθμ. πρωτ. 6763/06-09-2016 απόφαση ανάληψης υποχρέωσης (ΑΔΑ: Ω0Ψ2469Β7Δ-ΑΓΜ) που καταχωρήθηκε στο βιβλίο εγκρίσεων και πληρωμών του οικονομικού Έτους 2016 με α/α 274/06-09-2016 συν. ποσού 246.694,30 ευρώ για το 2016 (προέγκριση συνολικού ποσού 490.000€ για το οικονομικό έτος 2017&490.000€ για το οικονομικό έτος 2018) σύμφωνα με το Π.Δ. 113/2010
10. Την με αριθμ. πρωτ. 130863/Β2/20-08-2015 έγκριση ανάληψης υποχρέωσης του Υπουργού Παιδείας και Θρησκευμάτων (ΑΔΑ: 7ΘΠΙ465ΦΘ3-Ι32) για την κατανομή δαπάνης οικονομικού έτους 2017 συνολικού ποσού 490.000€ και οικονομικού έτους 2018 συνολικού ποσού 490.000€ του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου, σε βάρος της πίστωσης του ΚΑΕ 2631-Χορηγίες για λειτουργία φοιτητικών συσσιτίων
11. Την υπ'αριθμ. 11098/30-12-2015 Προέγκριση ανάληψης υποχρέωσης με (ΑΔΑ: 6ΑΧ1469Β7Δ-Η5Ζ) της Δ-σης Οικονομικής Διαχ-σης & Προγραμματισμού συνολικού ποσού 980.000,00 € (αφορά την κατανομή δαπάνης οικονομικού έτους 2017 συνολικού ποσού 490.000€ και οικονομικού έτους 2018 συνολικού ποσού 490.000€ του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου, σε βάρος της πίστωσης του

ΚΑΕ 2631-Χορηγίες για λειτουργία φοιτητικών συσσιτίων σύμφωνα με το Π.Δ. 113/2010.

αναθέτει το έργο της Σίτισης των Φοιτητών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου για την πόλη/ Πανεπιστημιακή Μονάδα της Τρίπολης, Καλαμάτας, Ναυπλίου, Κορίνθου και Σπάρτης στην προαναφερθείσα εταιρεία.

Έργο

Με την παρούσα το Πανεπιστήμιο αναθέτει και η ανάδοχος εταιρεία αναλαμβάνει τη σίτιση των φοιτητών της Πανεπιστημιακής Μονάδας **Τρίπολης, Καλαμάτας, Κορίνθου, Ναυπλίου και Σπάρτης** καθημερινά, σύμφωνα με τους όρους της διακήρυξης του διαγωνισμού με αριθμό πρωτοκόλλου 2185/22-03-2016, με το σύστημα της αυτοεξυπηρέτησης (self- service), Πρωινού και ενιαίου εδεσματολόγιου (menu) δύο γευμάτων την ημέρα (μεσημέρι – βράδυ), για το χρονικό διάστημα από 09-09-2016 έως 31-12-2018 και σύμφωνα με την Τεχνική προσφορά την οποία κατέθεσε η ανάδοχος εταιρείας και που αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της παρούσας σύμβασης και με τους ακόλουθους ειδικότερους όρους και συμφωνίες:

Δαπάνη Έργου

Το έργο θα χρηματοδοτηθεί από τον Τακτικό Προϋπολογισμό του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (ΚΑΕ 2631)

Η συνολική δαπάνη του έργου για το χρονικό διάστημα από 09/09/2016 έως και 31-12-2018, ανέρχεται σε 1.158.782,98 ευρώ (συμπεριλαμβανομένου του Φ.Π.Α.), ήτοι 934.502,40 (άνευ Φ.Π.Α) για την Πανεπιστημιακή Μονάδα **Τρίπολης, Καλαμάτας, Κορίνθου, Ναυπλίου και Σπάρτης** (Cρν: 55320000-9 υπηρεσίες παροχής γευμάτων).

Αναλυτικά:

A) Για το έτος 2016:

από 9-9-2016 έως και 31/12/2016, ήτοι 106 ημέρες, η συνολική δαπάνη του έργου για όλες τις Πανεπιστημιακές Μονάδες ανέρχεται στο ποσό των **146.534,40** ευρώ (άνευ ΦΠΑ) .

Β) Για το έτος 2017:

Από 01-01-2017 έως και 30/06/2017, ήτοι 162 ημέρες, με δυνατότητα παράτασης εφόσον το Ακαδημαϊκό έτος παραταθεί εννέα (9) ημερών (01/07/2017 έως και 09/07/2017) , και από 01-09-2017 έως και 31-12-2017 ήτοι 114 ημέρες.

Από 01-01-2017 έως και 30/06/2017 ήτοι 162 ημέρες η συνολική δαπάνη του έργου για όλες τις Πανεπιστημιακές Μονάδες ανέρχεται στο ποσό των **223.948,80** ευρώ (άνευ ΦΠΑ)

Από 01/07/2017 έως και 09/07/2017 εφόσον το Ακαδημαϊκό έτος παραταθεί εννέα (9) ημερών η συνολική δαπάνη του έργου για όλες τις Πανεπιστημιακές Μονάδες ανέρχεται στο ποσό των **12.441,60** ευρώ (άνευ ΦΠΑ).

Από 01-09-2017 έως και 31-12-2017 ήτοι 114 ημέρες η συνολική δαπάνη του έργου για όλες τις Πανεπιστημιακές Μονάδες ανέρχεται στο ποσό των **157.593,60** ευρώ (άνευ ΦΠΑ).

Σύνολο ημερών σίτισης για το έτος 2017 που ανέρχεται σε 285 ημέρες.(περιλαμβάνονται και 9 ημέρες παράτασης Ακαδημαϊκού έτους)

Γ) Για το έτος 2018:

Από 01-01-2018 έως και 30/06/2018 ήτοι 162 ημέρες με δυνατότητα παράτασης εφόσον το Ακαδημαϊκό έτος παραταθεί εννέα (9) ημερών (01/07/2018 έως και 09/07/2018) και από 01-09-2018 έως και 31-12-2018 ήτοι 114 ημέρες.

Από 01-01-2018 έως και 30/06/2018 ήτοι 162 ημέρες η συνολική δαπάνη του έργου για όλες τις Πανεπιστημιακές Μονάδες ανέρχεται στο ποσό των **223.948,80** ευρώ (άνευ ΦΠΑ).

Από 01/07/2018 έως και 09/07/2018 εφόσον το Ακαδημαϊκό έτος παραταθεί εννέα (9) ημερών η συνολική δαπάνη του έργου για όλες τις Πανεπιστημιακές Μονάδες ανέρχεται στο ποσό των **12.441,60** ευρώ (άνευ ΦΠΑ).

Από 01-09-2018 έως και 31-12-2018 ήτοι 114 ημέρες η συνολική δαπάνη του έργου για όλες τις Πανεπιστημιακές Μονάδες ανέρχεται στο ποσό των **157.593,60** ευρώ (άνευ ΦΠΑ).

Σύνολο ημερών σίτισης για το έτος 2018 που ανέρχεται ήτοι 285 ημέρες. (περιλαμβάνονται και 9 ημέρες παράτασης Ακαδημαϊκού έτους)

Η συνολική δαπάνη του έργου για το χρονικό διάστημα από 09/09/2016 έως και 31-12-2018, ανέρχεται σε 1.158.782,98 ευρώ (συμπεριλαμβανομένου του Φ.Π.Α.), ήτοι 934.502,40 (άνευ Φ.Π.Α)

Προβλέπεται η δυνατότητα ενάσκησης δικαιώματος προαίρεσης (εάν χρησιμοποιηθεί): έως 42.000,00 (άνευ ΦΠΑ) ήτοι 52.080,00 ευρώ (με ΦΠΑ) όπως ορίζεται στο άρθρο Α1.4 της διακήρυξης

Η συνολική δαπάνη του έργου για το χρονικό διάστημα από 09/09/2016 έως και 31-12-2018 (εμπεριέχεται το δικαίωμα προαίρεσης) ανέρχεται σε 976.502,40 ευρώ (άνευ ΦΠΑ) ήτοι 1.210.862,98 ευρώ (με ΦΠΑ).

Ο αριθμός των ημερήσιων σιτηρεσίων καταγράφεται ανά Πανεπιστημιακή Μονάδα στον παρακάτω πίνακα.

| Ενδεικτικός Αριθμός Ημερήσιων Σιτηρεσίων | |
|---|-----|
| Πανεπιστημιακή Μονάδα Τρίπολης: Τμήμα Οικονομικών Επιστημών (85) Τμήμα Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών (131) | 216 |
| Πανεπιστημιακή Μονάδα Καλαμάτας: Τμήμα Ιστορίας, Αρχαιολογίας και Διαχείρισης Πολιτισμικών Αγαθών (86) Τμήμα Φιλολογίας (95) | 181 |
| Πανεπιστημιακή Μονάδα Σπάρτη: Τμήμα Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού (66) Τμήμα Νοσηλευτικής (77) | 143 |

| | |
|--|------------|
| Πανεπιστημιακή Μονάδα Κόρινθος: Τμήμα Πολιτικής Επιστήμης και Διεθνών Σχέσεων (74) Τμήμα Κοινωνικής και Εκπαιδευτικής Πολιτικής (89) | 163 |
| Πανεπιστημιακή Μονάδα Ναύπλιο: Τμήμα Θεατρικών Σπουδών (65) | 65 |
| ΣΥΝΟΛΟ | 768 |

Το τίμημα ανά ημέρα σίτισης ανέρχεται στο ποσό των 1,80 ευρώ (χωρίς το Φ.Π.Α) ανά άτομο.

Η ανά ημέρα δαπάνη σίτισης δεν μπορεί να υπερβαίνει το ποσό των 1.382,40 ευρώ. (άνευ Φ.Π.Α) ήτοι 1.714,18 ευρώ. [για την Πανεπιστημιακή Μονάδα, **Τρίπολης, Καλαμάτας, Κορίνθου, Ναυπλίου και Σπάρτης** (Στα ποσά αυτά συμπεριλαμβάνεται ο ΦΠΑ)].

Η πληρωμή θα γίνει σε βάρος του κωδικού αριθμού εξόδων (2631) του τακτικού προϋπολογισμού του Ιδρύματος.

Διάρκεια Σίτισης

Η συνολική διάρκεια υλοποίησης του έργου αφορά τα χρονικά διαστήματα **9η Σεπτεμβρίου 2016** έως και **31η Δεκεμβρίου 2018**.

Η σίτιση αρχίζει την 1η Σεπτεμβρίου κάθε έτους και λήγει την 30η Ιουνίου του επόμενου έτους. Για το Ακαδημαϊκό έτος 2016-2017 η σίτιση αρχίζει από 9 Σεπτεμβρίου του 2016. Η έναρξη και λήξη της περιόδου λειτουργίας των Φοιτητικών Εστιατορίων μπορεί να μετατίθεται με απόφαση της Αναθέτουσας Αρχής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου. Η απόφαση αυτή ανακοινώνεται στην ανάδοχο εταιρεία δέκα (10) ημέρες πριν από την ημέρα έναρξης ή λήξης.

Σε περίπτωση παράτασης διδακτικού έτους παρατείνεται για ανάλογο χρονικό διάστημα η σίτιση των φοιτητών (Π.Δ. 387/83 άρθ. 7, παρ. β) & Ν. 4009/2011 ΑΡΘΡ.6 ΠΑΡ.1 ΠΕΡ(Ι)

Το σιτηρέσιο παρέχεται σε χώρους εστίασης που παρέχει το Πανεπιστήμιο

Πελοποννήσου (όπως αναλύεται παρακάτω) όλες τις ημέρες της εβδομάδος, συνεχώς, από 1ης Σεπτεμβρίου κάθε ημερολογιακού έτους μέχρι 30 Ιουνίου του επόμενου ημερολογιακού έτους και το αργότερο μέχρι τέλους εξεταστικής περιόδου του εαρινού εξαμήνου. Θα διακόπτεται μόνο κατά τις ημέρες των διακοπών των Χριστουγέννων και του Πάσχα.

Τόπος Παροχής Υπηρεσιών

Η παροχή των υπηρεσιών του Αναδόχου θα γίνεται στους παρακάτω χώρους ως εξής:

α) **Σχολή Οικονομίας Διοίκησης και Πληροφορικής** με έδρα την Τρίπολη ένα (1) εστιατόριο σε εγκαταστάσεις του χώρου της Σχολής στη Δ/νση : Ακαδημαϊκού Γ.Κ. Βλάχου (Τέρμα Καραϊσκάκη) Τρίπολη, ΤΚ 22131

β) **Σχολή Ανθρωπιστικών Επιστημών και Πολιτισμικών Σπουδών** σε εγκαταστάσεις του χώρου της Σχολής Ανθρωπιστικών Επιστημών και Πολιτισμικών Σπουδών με έδρα την Καλαμάτα ένα (1) εστιατόριο στη Δ/νση: Παλαιό Στρατόπεδο – Ανατολικό Κέντρο, Καλαμάτα, ΤΚ 24100.

γ) **Σχολή Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών** με έδρα την Κόρινθο ένα (1) εστιατόριο στη Δ/νση: Δαμασκηνού 26, (σε αίθουσα του Ξενοδοχείου), Κόρινθος, ΤΚ. 20100

δ) **Σχολή Καλών Τεχνών με έδρα το Ναύπλιο** ένα (1) εστιατόριο σε εγκαταστάσεις του χώρου της Σχολής Καλών Τεχνών με έδρα το Ναύπλιο στη Δ/νση: Βασιλέως Γεωργίου Β' και Ηρακλέως, Ναύπλιο, ΤΚ. 21100

ε) **Σχολή Επιστημών Ανθρώπινης Κίνησης και Ποιότητας Ζωής** με έδρα τη Σπάρτη ένα (1) εστιατόριο (παραχώρηση από Δήμο Σπάρτης) στη Δ/νση: Ευαγγελιστρίας 93 στη Σπάρτη.

Κατά τη διάρκεια εκτέλεσης του έργου, ο Ανάδοχος υποχρεούται για την επιτυχή υλοποίηση του έργου, να διαθέσει ένα (1) συνεργάτη του, ο οποίος θα απασχολείται στο χώρο του και θα συνεργάζεται συνεχώς με την αρμόδια υπηρεσία του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου, για την αλληλοενημέρωση και την επίλυση τυχόν προβλημάτων.

Τήρηση Όρων και Απαιτήσεων

Η Ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται να τηρεί απαρέγκλιτα τους όρους και τις υποχρεώσεις που απορρέουν από την παρούσα Σύμβαση.

Στην αντίθετη περίπτωση θα υπάρχουν κυρώσεις, όπως αναφέρεται σχετικά παρακάτω:

Σε κάθε περίπτωση που ο Ανάδοχος δεν τηρεί τις συμβατικές του υποχρεώσεις η αρμόδια επιτροπή θα εισηγείται στο διοικητικό της όργανο, την επιβολή χρηματικών και διοικητικών προστίμων. Σε διάστημα ενός (1) μήνα το αρμόδιο διοικούν όργανο της Αναθέτουσας Αρχής υποχρεούται να επικυρώσει ή να απορρίψει το πρόστιμο ή την ποινή. Σε περίπτωση επιβολής τριών (3) προστίμων η σύμβαση θα καταγγέλλεται αυτόματα. Το ίδιο ισχύει σε περίπτωση που ο ανάδοχος επιπληχθεί ή τιμωρηθεί από την αρμόδια επιτροπή με οποιαδήποτε ποινή για περισσότερες από έξι (6) φορές.

α. Κατά τον έλεγχο της ποσότητας του βάρους οποιασδήποτε μερίδας, επιτρέπεται να διαπιστωθεί απόκλιση μέχρι 5% από τα όρια των ισχυουσών Αγορανομικών διατάξεων. Δεν επιτρέπεται όμως να διαπιστωθεί αρνητική απόκλιση βάρους σε σύνολο δειγματοληψίας πέντε(5) μερίδων. Εάν διαπιστωθεί απόκλιση από τις προδιαγραφές επιβάλλεται χρηματική ποινή δύο χιλιάδων ευρώ (2.000,00 €).

β. Σε περίπτωση που διαπιστωθεί από τον εργαστηριακό έλεγχο ότι δεν τηρούνται οι ποιοτικές προδιαγραφές, σύμφωνα με τους όρους της διακήρυξης και της προσφοράς του αναδόχου, οι ποινές θα είναι πενταπλάσιες από αυτές που αφορούν στον έλεγχο των ποσοτήτων.

γ. Εάν κάποια από τις παραπάνω παραβάσεις επαναληφθεί, κατόπιν αποφάσεως

της Αναθέτουσας Αρχής του Ιδρύματος, κινείται η διαδικασία έκπτωσης του αναδόχου και η κατάπτωση της εγγυητικής επιστολής καλής εκτέλεσης υπέρ της Αναθέτουσας Αρχής.

δ. Οι παραπάνω χρηματικές ποινές επιβάλλονται με απόφαση της Αναθέτουσας Αρχής και η παρακράτηση των αντίστοιχων ποσών θα γίνεται από το αμέσως επόμενο χρηματικό ένταλμα πληρωμής του Αναδόχου.

ε. Σε περίπτωση αθετήσεως των όρων της σύμβασης ή σε περίπτωση που ο Ανάδοχος δεν ανταποκρίνεται απόλυτα στις υποχρεώσεις που απορρέουν από τους όρους της διακήρυξης και της σύμβασης που θα υπογραφεί ή δεν συμμορφώνεται προς τις υποδείξεις του αρμοδίου διοικούντος οργάνου του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου, με εισήγηση της αρμόδιας επιτροπής και των άλλων Υπηρεσιών (Αγορανομία, Υγειονομικό κ.λ.π.) για την εύρυθμη και άψογη λειτουργία του εστιατορίου, το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, διατηρεί το δικαίωμα να λύσει μονομερώς τη σύμβαση και να κηρύξει έκπτωτο τον ανάδοχο, ο οποίος πέρα από τις άλλες συνέπειες που προβλέπονται από τη σχετική νομοθεσία και τη διακήρυξη, βαρύνεται και με κατάπτωση ποινικής ρήτρας ποσού δέκα χιλιάδων ευρώ (10.000 €) η οποία θα εισπραχθεί με την διαδικασία εισπράξεως δημοσίων εσόδων.

στ. Καθ' όλη τη διάρκεια εκτέλεσης του έργου, ο Ανάδοχος θα πρέπει να συνεργάζεται στενά με την Αναθέτουσα Αρχή, υποχρεούται δε να λαμβάνει υπόψη του οποιοσδήποτε παρατηρήσεις της σχετικά με την εκτέλεση του έργου.

ζ. Ο Ανάδοχος θα είναι πλήρως και αποκλειστικά μόνος Υπεύθυνος για την τήρηση της ισχύουσας νομοθεσίας ως προς το απασχολούμενο από αυτόν προσωπικό για την εκτέλεση των υποχρεώσεων της σύμβασης. Σε περίπτωση οποιασδήποτε παράβασης ή ζημίας που προκληθεί σε τρίτους υποχρεούται μόνος αυτός προς αποκατάστασή της.

η. Ο Ανάδοχος υποχρεούται να συμμορφώνεται απολύτως με τα επιβαλλόμενα από τα Άρθρα 138 και 182 της Διεθνούς Σύμβασης Εργασίας περί απασχόλησης ή εκμετάλλευσης ανηλίκων κάτω των 15 ετών.

Σε περίπτωση Ένωσης / Κοινοπραξίας οι ως ανωτέρω ποινικές ρήτρες και οι τυχόν τόκοι επιβάλλονται αναλογικά σε όλα τα μέλη της Ένωσης / Κοινοπραξίας.

Εγγυήσεις Αναδόχου

Οι εγγυήσεις εκδίδονται από πιστωτικά ιδρύματα ή άλλα νομικά πρόσωπα που λειτουργούν νόμιμα στα κράτη - μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης και έχουν σύμφωνα με τα ισχύοντα το δικαίωμα αυτό. Τα αντίστοιχα έγγραφα των εγγυήσεων, αν δεν είναι διατυπωμένα στην Ελληνική, θα συνοδεύονται από επίσημη μετάφραση.

Με την εγγυητική επιστολή - που αποτελεί αυτοτελή σύμβαση - το πιστωτικό ίδρυμα αναλαμβάνει την υποχρέωση να καταβάλει ορισμένο ποσό με μόνη τη δήλωση εκείνου, προς τον οποίο απευθύνεται, χωρίς να μπορεί να ερευνά, ούτε αν πράγματι υπάρχει ή αν είναι νόμιμη η απαίτηση (κύρια οφειλή).

Στην περίπτωση κοινοπραξίας ή ένωσης εταιριών οι εγγυητικές επιστολές πρέπει να είναι κοινές υπέρ όλων των μελών της κοινοπραξίας ή της ένωσης.

Εγγυήσεις καλής εκτέλεσης

Η Ανάδοχος εταιρεία κατά την υπογραφή της σύμβασης θα καταθέσει εγγυητική επιστολή καλής εκτέλεσης των όρων της σύμβασης σύμφωνα με το άρθρο 157 του Ν.4281/2014 (ΦΕΚ 160/Α'/8.8.2014) για όλες τις Πανεπιστημιακές Μονάδες συνολικά, το ύψος της οποίας αντιστοιχεί σε ποσοστό 5% της συμβατικής αξίας του έργου (χωρίς ΦΠΑ) στο σύνολο των Πανεπιστημιακών Μονάδων. Ειδικά, το ποσό της εγγυητικής επιστολής που κατατέθηκε από τον ανάδοχο είναι:

Εγγυητική Καλής Εκτέλεσης των Πανεπιστημιακών Μονάδων Τρίπολης, Καλαμάτας, Κορίνθου, Ναυπλίου και Σπάρτης Νο 379/7030258 Εθνικής Τράπεζας της Ελλάδος (κατάστημα Κορίνθου) με ημερομηνία έκδοσης 07/09/2016 ποσού 48.825,12€

Ο χρόνος ισχύος της εγγύησης καλής εκτέλεσης πρέπει να είναι μεγαλύτερος κατά δύο (2) μήνες από το συμβατικό χρόνο υλοποίησης του έργου, σε αντίθετη περίπτωση καταπίπτει υπέρ του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου.

Η εγγύηση καλής εκτέλεσης επιστρέφεται μετά την πιστοποίηση από την αρμόδια υπηρεσία του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου, οριστικής περαίωσης του συνόλου του έργου.

Παρακολούθηση του Έργου - Πιστοποίηση Ορθής Εκτέλεσης

Την ευθύνη παρακολούθησης της εκτέλεσης του έργου θα έχουν οι αρμόδιες Επιτροπές Εποπτείας η συγκρότηση των οποίων γίνεται με απόφαση της Αναθέτουσας Αρχής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου. Οι Επιτροπές, ανά Πανεπιστημιακή Μονάδα, θα αξιολογούν και θα πιστοποιούν την ορθή υλοποίηση κάθε επιμέρους εργασίας του Έργου, σύμφωνα με τους όρους της διακήρυξης και της σύμβασης, συντάσσοντας σχετικά πρακτικά. Η εποπτεία λειτουργίας των εστιατορίων και ο έλεγχος της καθαριότητας των χώρων σίτισης διενεργούνται σε ημερομηνίες που θα καθορίζει η Διοίκηση του Πανεπιστημίου ή η καθ' ύλη Επιτροπή.

Οι Επιτροπές Εποπτείας αποτελούνται από υπαλλήλους του Πανεπιστημίου, μέλη Δ.Ε.Π. και φοιτητές.

Οι Επιτροπές θα εισηγούνται αρμοδίως και σχετικά στην Αναθέτουσα Αρχή του Ιδρύματος.

Τίμημα

Το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου θα καταβάλλει στον ανάδοχο αμοιβή, υπολογιζόμενη ανά μήνα. Η έκδοση του τιμολογίου θα γίνεται για κάθε Πανεπιστημιακή Μονάδα ξεχωριστά. Το ποσό του τιμολογίου θα είναι ίσο με τον αριθμό σιτηρεσίων ανά Πανεπιστημιακή Μονάδα όπως αυτός θα είναι καταγεγραμμένος στην τελική κατανομή που θα δίνεται στον ανάδοχο επί της τιμής σιτηρεσίου πολλαπλασιασμένου επί των αναλογούντων ημερών σίτισης.

Ο έλεγχος των σιτιζομένων δωρεάν φοιτητών θα γίνεται με βάση τις καταστάσεις δικαιούμενων δωρεάν σίτισης φοιτητών που θα δίδονται από το Πανεπιστήμιο στον ανάδοχο. Η υπέρβαση του αριθμού των δικαιούμενων δωρεάν σίτισης φοιτητών μπορεί να γίνει μόνο μετά από σχετική γραπτή εντολή της Πανεπιστημιακής Αρχής

Ο ανάδοχος υποχρεούται να τηρεί καθημερινά στατιστικά στοιχεία των σιτιζομένων στα Εστιατόρια με μέθοδο που θα συμφωνηθεί με τις αρμόδιες υπηρεσίες του Πανεπιστημίου. Τα στοιχεία αυτά ο ανάδοχος οφείλει να τα υποβάλει στο Λογιστήριο του Πανεπιστημίου εντός του πρώτου δεκαπενθημέρου (15 ημέρες) του επόμενου μήνα που αφορούν την σίτιση.

Πληρωμές

Η αμοιβή θα καταβάλλεται σε μηνιαίες πληρωμές οι οποίες θα πραγματοποιούνται εντός του επόμενου μήνα, μετά από αποτίμηση του έργου που έχει υλοποιήσει κατά τον παρελθόντα μήνα ύστερα από τη βεβαίωση της αρμόδιας Επιτροπής του Πανεπιστημίου για την καλή εκτέλεση του σχετικού έργου (σίτισης).

Η πληρωμή του αναδόχου θα γίνεται με Χρηματικό Ένταλμα, το οποίο θα εκδίδεται στο όνομα του αναδόχου, με βάση το τιμολόγιό του συνοδευόμενο από τα απαραίτητα δικαιολογητικά και ύστερα από θεώρηση (του Εντάλματος) από την αρμόδια Υπηρεσία του Ελεγκτικού Συνεδρίου (με την προϋπόθεση πάντοτε της ύπαρξης πιστώσεων που παρέχονται από το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων για σίτιση των φοιτητών).

Η δαπάνη βαρύνει τον Τακτικό Προϋπολογισμό του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου-ΚΑΕ 2631.

Για τον καθορισμό της μηνιαίας πληρωμής του αναδόχου, θα λαμβάνεται υπόψη:

α) τα κάτωθι δικαιολογητικά:

- Τιμολόγιο.
- Βεβαίωση του αρμόδιου Ασφαλιστικού Ταμείου ή Οργανισμού ότι έγινε η καταβολή των ασφαλιστικών εισφορών του προηγούμενου μήνα για το προσωπικό που απασχολεί.
- Πρακτικό της αρμόδιας Επιτροπής Εποπτείας, στην οποία θα διαπιστώνεται ότι το Φοιτητικό Εστιατόριο λειτούργησε κανονικά το συγκεκριμένο χρονικό διάστημα και ότι ο ανάδοχος συμμορφώθηκε πλήρως με τους όρους της Σύμβασης.
- Καταστάσεις των δικαιούμενων δωρεάν σίτισης φοιτητών και ανά ημέρα

και για όλο τον μήνα, θεωρημένες από τον υπεύθυνο του εστιατορίου.

β) Η τιμή του ημερήσιου σιτηρεσίου των φοιτητών της τριτοβάθμιάς εκπαίδευσης ορίζεται σε 1,80 ευρώ/ανά ημέρα (ΦΕΚ 836/Β/30.05.2007) άνευ ΦΠΑ, όπου «ημερήσιο σιτηρέσιο» θεωρούνται και τα τρία γεύματα την ημέρα (πρωί-μεσημέρι-βράδυ).

Από κάθε τιμολόγιο του Αναδόχου θα γίνονται οι νόμιμες κρατήσεις σύμφωνα με τους ισχύοντες εκάστοτε νόμους και σχετικές εγκυκλίους του Υπουργείου Οικονομικών.

Έκπτωση Αναδόχου

Σε περίπτωση αθέτησης των όρων της σύμβασης ή σε περίπτωση που η ανάδοχος εταιρεία δεν ανταποκρίνεται απόλυτα στις υποχρεώσεις που απορρέουν από τους όρους αυτής, ή δεν συμμορφώνεται προς τις υποδείξεις του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου και των άλλων υπηρεσιών (Αγορανομία, Υγειονομική Υπηρεσία και λοιπές αρμόδιες Κρατικές Υπηρεσίες) για την εύρυθμη και άψογη λειτουργία της σίτισης, το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου διατηρεί το δικαίωμα να λύσει μονομερώς τη σύμβαση και να κηρύξει έκπτωτο τον ανάδοχο πέρα από τις άλλες συνέπειες που προβλέπονται από τη σχετική νομοθεσία και τη σύμβαση, βαρύνεται και με κατάπτωση της ποινικής ρήτρας η οποία ορίζεται από την Αναθέτουσα Αρχή του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου και θα εισπραχθεί με την διαδικασία είσπραξης δημοσίων εσόδων.

Απαγορεύεται στον ανάδοχο να διακόψει εκτός ανωτέρας βίας, την λειτουργία του Εστιατορίου. Σε περίπτωση διακοπής κηρύσσεται αυτοδίκαια έκπτωτος και η εγγύηση καλής εκτέλεσης καταπίπτει υπέρ του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου και η Αναθέτουσα Αρχή αποφασίζει την επανάληψη του διαγωνισμού σε βάρος του.

Με απόφαση της Αναθέτουσας Αρχής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου και ύστερα από πρόταση της αρμόδιας Επιτροπής Σίτισης διακόπτεται η χρηματοδότηση του έργου και καταγγέλλεται η σύμβαση, εφόσον η ανάδοχος εταιρεία δεν παρέχει τις υπηρεσίες, σύμφωνα με τη σύμβαση ανάθεσης. Για τα θέματα κήρυξης του αναδόχου ως έκπτωτου και για τις επιβαλλόμενες σ' αυτόν

κυρώσεις, έχουν ανάλογη εφαρμογή οι διατάξεις του άρθρου 34 του ΠΔ118/2007 (ΦΕΚ 150 τ.Α').

Εκχώρηση Υποχρεώσεων και Δικαιωμάτων

Απαγορεύεται η εκχώρηση από τον ανάδοχο του έργου σε οποιονδήποτε τρίτο, των υποχρεώσεων και δικαιωμάτων που απορρέουν από τη σύμβαση που θα συναφθεί μεταξύ αυτού και του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου.

Δύναται μόνο να επιτραπεί κατόπιν αιτήσεως του Αναδόχου και εγκρίσεως της Αναθέτουσας Αρχής η Εκχώρηση-Ενεχυρίαση των χρηματικών ποσών των Συμβάσεων που θα προκύψουν.

Προσωπικό

Το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου δεν ευθύνεται για την επιλογή του προσωπικού από τον ανάδοχο – εργοδότη, του προσωπικού το οποίο προσέλαβε και απασχολεί στο εστιατόριο, ούτε υπέχει οποιαδήποτε ευθύνη έναντι του προσωπικού αυτού, για το οποίο αποκλειστικός υπεύθυνος είναι ο ανάδοχος.

Ο ανάδοχος θα είναι πλήρως και αποκλειστικά μόνος υπεύθυνος για την τήρηση της ισχύουσας νομοθεσίας και των συλλογικών συμβάσεων ως προς το απασχολούμενο από αυτόν προσωπικό για την εκτέλεση των υποχρεώσεων της σύμβασης. Σε περίπτωση οποιασδήποτε παράβασης ή ζημίας που προκληθεί σε τρίτους υποχρεούται μόνος αυτός προς αποκατάστασή της.

Ανωτέρα Βία

Τα συμβαλλόμενα μέρη δεν ευθύνονται για τη μη εκπλήρωση των συμβατικών τους υποχρεώσεων, στο μέτρο που η αδυναμία εκπλήρωσης οφείλεται σε περιστατικά ανωτέρας βίας. Η απόδειξη της ανωτέρας βίας βαρύνει αυτόν που την επικαλείται.

Ως περιπτώσεις ανωτέρας βίας αναφέρονται ενδεικτικά οι παρακάτω:

- (1) Γενική ή μερική απεργία, που συνεπάγεται τη διακοπή των εργασιών του καταστήματος ή του εργοστασίου του προμηθευτή.
- (2) Γενική ή μερική πυρκαγιά στο κατάστημα ή στο εργοστάσιο του

προμηθευτή.

- (3) Πλημμύρα.
- (4) Σεισμός.
- (5) Πόλεμος.

Ο Ανάδοχος, επικαλούμενος υπαγωγή της αδυναμίας εκπλήρωσης υποχρεώσεων του σε γεγονός που εμπίπτει στην προηγούμενη παράγραφο, οφείλει να γνωστοποιήσει και επικαλεσθεί προς την Αναθέτουσα Αρχή τους σχετικούς λόγους και περιστατικά εντός αποσβεστικής προθεσμίας είκοσι (20) ημερών από τότε που συνέβησαν, προσκομίζοντας τα απαραίτητα αποδεικτικά στοιχεία. Η Αναθέτουσα Αρχή υποχρεούται να απαντήσει εντός είκοσι (20) ημερών από λήψεως του σχετικού αιτήματος του Αναδόχου, διαφορετικά με την πάροδο άπρακτης της προθεσμίας τεκμαίρεται η αποδοχή του αιτήματος.

Συνέχεια Σύμβασης

Σε περίπτωση κατά την οποία ο ανάδοχος εκποιήσει την επιχείρηση, είναι δυνατόν να συνεχιστεί η σύμβαση με τον αγοραστή, ο οποίος θα πρέπει να αποδεχθεί πλήρως όλο το περιεχόμενο της παρούσας διακήρυξης καθώς και της σύμβασης σύμφωνα με την οριζόμενη διαδικασία της παρ. 5 του άρθρου 18 του π. δ/τος 118/07.

Τεχνική Περιγραφή Έργου

Περιγραφή συστήματος σίτισης

Ο ανάδοχος θα παρέχει ημερησίως σίτιση πρωινού και δύο γευμάτων (γεύμα – δείπνο) στους δικαιούμενους δωρεάν σίτιση φοιτητές του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου στην Πανεπιστημιακή Μονάδα **Τρίπολης, Καλαμάτας, Κορίνθου, Ναυπλίου και Σπάρτης**. Επίσης, θα παρέχει ημερησίως σίτιση (πρωινού-γεύμα – δείπνο) στους μη δικαιούμενους δωρεάν σίτιση φοιτητές (προπτυχιακούς, μεταπτυχιακούς) και στο διδακτικό και διοικητικό εν γένει προσωπικό του Πανεπιστημίου έναντι του τιμήματος των 0,60ευρώ συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α για το πρωινό και 2,50 ευρώ συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α ανά γεύμα.

Το δικαίωμα της δωρεάν σίτισης είναι αυστηρά προσωπικό και μη μεταβιβάσιμο.

Η παροχή των υπηρεσιών του Αναδόχου θα γίνεται σε χώρους εστίασης που διαθέτει το Πανεπιστήμιο (Πανεπιστημιακή Μονάδα Τρίπολης, Καλαμάτας και Ναυπλίου) είτε σε μισθωμένους χώρους (Πανεπιστημιακή Μονάδα Κορίνθου) είτε σε παραχωρημένους χώρους (Πανεπιστημιακή Μονάδα Σπάρτης).

Σε περίπτωση που ο χώρος σίτισης βρίσκεται στις εγκαταστάσεις του Πανεπιστημίου και παραχωρείται δωρεάν στον ανάδοχο τότε το πανεπιστήμιο αναλαμβάνει, την υποχρέωση καταβολής των δαπανών λειτουργίας των χώρων εστίασης των φοιτητών (ΔΕΗ, νερό, θέρμανση), όπως προβλέπονταν στην διακήρυξη.

Ωρες λειτουργίας φοιτητικών εστιατορίων

Το σιτηρέσιο περιλαμβάνει πρωινό γεύμα και δείπνο και παρέχεται όλες τις ημέρες της εβδομάδας, εργάσιμες και μη, εκτός από τις διακοπές των Χριστουγέννων και του Πάσχα και τις επίσημες αργίες. Οι ώρες λειτουργίας του εστιατορίου θα είναι από τις 8.00-9.00, 13:00 έως 15:00 και από 18:00 έως 20:00. Οι ώρες αυτές είναι δυνατό να τροποποιούνται, με απόφαση της Αναθέτουσας Αρχής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου μετά από πρόταση του οικείας Εποπτεύουσας Επιτροπής ανά Πανεπιστημιακή Μονάδα, αν κατά την εφαρμογή διαπιστωθεί ότι δεν εξυπηρετούνται οι φοιτητές.

Διανομή φαγητού

Η διανομή του φαγητού θα πραγματοποιείται στους χώρους εστίασης με το σύστημα αυτοεξυπηρέτησης (self service) από 8.00 -9.00 (πρωινό), 13:00 έως 15:00 το γεύμα και από 18:00 έως 20:00 το δείπνο.

Εδεσματολόγιο

Ο ανάδοχος υποχρεούται να προσφέρει καθημερινά το πρόγραμμα εδεσματολογίου που υπέβαλε μαζί με την προσφορά του και από άποψη

ποιότητας και από άποψη ποσότητας και να αναρτά στον πίνακα ανακοινώσεων, ανελλιπώς αναλυτικό εβδομαδιαίο πρόγραμμα σίτισης το οποίο δεν θα τροποποιεί χωρίς την έγκριση της αρμόδιας Επιτροπής. Τυχόν αλλαγές στο μενού του αναδόχου, λόγω έλλειψης ενός προϊόντος στην αγορά, θα πρέπει να γίνουν μετά από έγκριση της Επιτροπής Εποπτείας, με την προϋπόθεση ότι το νέο γεύμα θα είναι ίσης ποσοτικής και θερμιδικής αξίας με το μενού της ημέρας. Το ημερήσιο μενού θα πρέπει να πληροί όλους τους όρους υγιεινής διατροφής και ως προς τη ποσότητα και το βάρος, να είναι σύμφωνο με τις κείμενες Αγορανομικές Διατάξεις. Το ακριβές πρόγραμμα για κάθε μήνα θα καταρτίζεται με συνεργασία του αναδόχου και των εκπροσώπων του Ιδρύματος και θα δημοσιοποιείται μέχρι τις 20 του προηγούμενου μήνα.

Σε κάθε γεύμα και σε κάθε δείπνο θα προσφέρονται (σύμφωνα με τους Πίνακες 1 και 2):

1. πρωινό (υποχρεωτικά)
2. πρώτο πιάτο (προαιρετικά)
3. δύο εναλλακτικά φαγητά ως κυρίως πιάτο (υποχρεωτικά) και
4. συνοδευτικά.

Αναλυτική Περιγραφή Έργου

Η ανάδοχος εταιρεία δεσμεύεται για την τήρηση των παρακάτω:

Να λειτουργήσει το Φοιτητικό Εστιατόριο της Πανεπιστημιακής Μονάδας **Τρίπολης, Καλαμάτας, Κορίνθου, Ναυπλίου και Σπάρτης** του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου εφαρμόζοντας συστήματα και διαδικασίες που ορίζονται με βάση τα πρότυπα ISO 9001 και ΕΛΟΤ 1416 με πεδίο εφαρμογής την «προετοιμασία, παρασκευή και παράθεση γευμάτων σε εστιατόρια, εξυπηρέτηση μαζικής εστίασης σπουδαστών Α.Ε.Ι. και Τ.Ε.Ι.».

Σχετικά με το μενού, για την Πανεπιστημιακή Μονάδα **Τρίπολης, Καλαμάτας, Κορίνθου, Ναυπλίου και Σπάρτης** του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου προσφέρεται ενιαίο εδεσματολόγιο τεσσάρων (4) εβδομάδων για όλες τις ημέρες της εβδομάδας που περιγράφεται αναλυτικά από α) τον **Πίνακα 1** -«Πίνακας

Ελάχιστο Βάρος Μερίδων» και β) **τον Πίνακα 2** «Πίνακας Γευμάτων» (Τεχνική Προσφορά Αναδόχου) για μεσημεριανό και βραδινό. Οι ανωτέρω Πίνακες αποτελούν αναπόσπαστο μέρος αυτής της σύμβασης .

Το εδεσματολόγιο, το οποίο απευθύνεται στους δικαιούχους δωρεάν σίτισης φοιτητές καθώς και στο διδακτικό και διοικητικό προσωπικό του Ιδρύματος (το οποίο θα σιτίζεται καταβάλλοντας το αντίτιμο των 1,80 ευρώ ανά γεύμα άνευ Φ.Π.Α), συμπεριλαμβάνει:

Σε κάθε γεύμα και σε κάθε δείπνο θα προσφέρονται :

1. πρωινό (υποχρεωτικά)
2. πρώτο πιάτο (προαιρετικά)
3. δύο εναλλακτικά φαγητά ως κυρίως πιάτο (υποχρεωτικά) και
4. συνοδευτικά (υποχρεωτικά) σύμφωνα με τους Πίνακες 1 και 2

Τα δεκατέσσερα (14) εβδομαδιαία γεύματα θα πρέπει να έχουν ενδεικτικά τουλάχιστον την πιο κάτω βασική σύνθεση, την οποία ο ανάδοχος μπορεί να βελτιώσει τόσο ποσοτικά όσο και ποιοτικά ως προς τη σύνθεσή τους .

Πρωινό (ενδεικτική σύνθεση)

Καφές ή Τσάι ή Γάλα

Ψωμί

Μερίδα βούτυρο

Μερίδα μέλι ή μαρμελάδα

Φρέσκα Φρούτα ή φρέσκος χυμός

Αυγό βραστό

Το γάλα του πρωινού θα είναι πλήρες μακράς διάρκειας ή εβαπορέ αναγνωρισμένης βιομηχανίας.

Ο καφές θα είναι φίλτρου ή στιγμιαίος (μερίδες) αναγνωρισμένης βιομηχανίας

Κύριο πιάτο γεύματος και δείπνου:

Δύο (2) γεύματα με φρέσκο κιμά και σαλάτα εποχής.

Δύο (2) γεύματα με λαδερά και τυρί α' ποιότητας ή ζυμαρικά και τυρί α' ποιότητας.

Δύο (2) γεύματα με κοτόπουλο, τυρί α' ποιότητας και σαλάτα εποχής.

Τρία (3) γεύματα με κρέας και σαλάτα εποχής.

Δύο (2) γεύματα με ψάρι και σαλάτα εποχής.

Δύο (2) γεύματα με όσπρια και τυρί α' ποιότητας, ή λαχανικά και τυρί α' ποιότητας

ή ομελέτα και τυρί α' ποιότητας .

Φρέσκα φρούτα ή γλυκό.

Για την παρασκευή των φαγητών ο ανάδοχος υποχρεούται να χρησιμοποιεί υλικά αρίστης ποιότητας .

Ειδικότερα:

1. Για τα κρέατα και τα πουλερικά θα είναι όλα νωπά αρίστης ποιότητας . Ο κιμάς θα παρασκευάζεται από καθαρό μυϊκό κρέας (νωπό αρίστης ποιότητας). Ιδιαίτερα οι κεφτέδες δεν θα περιέχουν ψωμί σε αναλογία μεγαλύτερη του 18 % υπολογισμένου επί ξηράς ουσίας , το δε ψήσιμό τους θα είναι πλήρες.
2. Τα ψάρια θα είναι όλων των ειδών, αλλά α' ποιότητας. Στον κατάλογο του εστιατορίου θα αναγράφεται με σαφήνεια αν το φαγητό είναι κατεψυγμένο .
3. Τα λαχανικά και τα φρούτα θα είναι αρίστης ποιότητας. Απαγορεύεται η χρησιμοποίηση κονσερβοποιημένων λαχανικών ή άλλων εδεσμάτων και υλικών σε κονσέρβα (π. χ. λουκάνικα, ντολμάδες, κ.λ.π.). Επιτρέπονται μόνο κονσερβοποιημένα φρούτα ως επιδόρπιο (κομπόστα). Στον κατάλογο του εστιατορίου θα αναγράφεται με σαφήνεια αν το φαγητό είναι κατεψυγμένο
4. Τα βούτυρα τα φυτικά λίπη και τα φυτικά έλαια θα είναι αρίστης και αναγνωρισμένης βιομηχανίας.

Ειδικότερα θα χρησιμοποιούνται και έπειτα από έγκριση της αρμόδιας Επιτροπής:

- Ελαιόλαδο για σαλάτα αγορανομικής οξύτητας 0-1 βαθμών
- Ελαιόλαδο για φαγητό αγορανομικής οξύτητας 0-1,5 βαθμών
- Λάδι για τηγανητά αγορανομικής οξύτητας 0-1,5 βαθμών ή σπορέλαιο

οξύτητας 0 βαθμών.

- Μαγειρικά λίπη αναγνωρισμένης βιομηχανίας .
- Βούτυρο γάλακτος για την παρασκευή των γλυκισμάτων
- Για την παρασκευή ζυμαρικών θα χρησιμοποιείται το μαγειρικό λίπος σε ποσοστό 50% και το βούτυρο γάλακτος σε ποσοστό 50%.
- Τα εναπομείναντα από το τηγάνισμα έλαια δεν θα χρησιμοποιούνται ξανά. Απαγορεύεται ρητά η χρήση ζωικών λιπών.

5. Το ψωμί θα είναι ημέρας τύπου 70% .

6. Τα τυριά , τα χορταρικά και όλα τα υπόλοιπα υλικά θα είναι α' ποιότητας .

Ειδικά για το τυρί φέτα θα πρέπει να έχει τα ποιοτικά χαρακτηριστικά που ορίζει το άρθρο 83 του Κώδικα Τροφίμων για τη φέτα .

7. Το γιαούρτι θα είναι πρόβειο ή και αγελαδινό, πλήρες ή και με μειωμένα λιπαρά, σε καμιά όμως περίπτωση υποκατάστατο.

8. Οι πατάτες δεν θα πρέπει να είναι προτηγανισμένες.

Ειδικότερα:

Το κρέας και ο κιμάς, θα πρέπει να είναι άνευ ορατού λίπους και πρόσθετων ξένων υλών, ενώ παράλληλα θα πρέπει να τηρούνται οι βασικοί κανόνες τυποποίησης-συσκευασίας. Για τα κατεψυγμένα ψάρια δεν θα πρέπει να γίνεται προσθήκη πρόσθετων υλών ή να υπόκεινται σε άλλου είδους επεξεργασίας, πέραν της κατάψυξης. Η οξείδωση, αφυδάτωση, απόψυξη- επανακατάψυξη, αλλοίωση καθώς και η παρουσία άλλων τεχνικών ελαττωμάτων, καθιστούν τα παραπάνω προϊόντα ακατάλληλα. Περαιτέρω, η θερμοκρασία παραλαβής αυτών, θα πρέπει να είναι στους -15ο C, ενώ είναι απαραίτητο να τηρούνται οι βασικοί κανόνες τυποποίησης-συσκευασίας.

Το πρώτο πιάτο ,το κυρίως πιάτο και τα συνοδευτικά , θα παρέχονται δύο (2) φορές την ημέρα και θα είναι διαφορετικό το γεύμα από το δείπνο .

Το εδεσματολόγιο με κοτόπουλο ή κρέας δεν θα επαναλαμβάνεται την ίδια ημέρα (μεσημέρι – βράδυ), ούτε στο εδεσματολόγιο της επόμενης ημέρας .

Τυχόν αλλαγές στο εδεσματολόγιο του αναδόχου, λόγω έλλειψης ενός προϊόντος στη αγορά μπορούν να γίνουν μόνον μετά από αίτησή του στην αρμόδια Επιτροπή και έγκριση από την Αναθέτουσα Αρχή του Πανεπιστημίου ή

εξουσιοδοτημένο από αυτό πρόσωπο , λόγω του επείγοντος.

Υποχρεώσεις αναδόχου

Έλεγχος σιτιζομένων

Ο έλεγχος των σιτιζομένων δωρεάν φοιτητών θα γίνεται με βάση τις καταστάσεις των δικαιούμενων δωρεάν σίτισης φοιτητών που θα δίδονται από το Πανεπιστήμιο στον ανάδοχο εστιατόρα. Η πιστοποίηση της φοιτητικής ιδιότητας θα γίνεται με την επίδειξη της φοιτητικής ταυτότητάς του.

Η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται να τηρεί καθημερινά στατιστικά στοιχεία των σιτιζομένων στο Εστιατόριο με μέθοδο που θα συμφωνηθεί με τις αρμόδιες υπηρεσίες του Πανεπιστημίου. Τα στοιχεία αυτά η ανάδοχος εταιρεία οφείλει να τα υποβάλει στο Λογιστήριο του Πανεπιστημίου εντός του πρώτου δεκαημέρου (10ημέρες) του επόμενου μήνα που αφορούν την σίτιση.

Χώροι παρασκευής σιτηρεσίου

Η παρασκευή κάθε είδους εδέσματος γίνεται αποκλειστικά στον χώρο του εστιατορίου του αναδόχου με τον προτεινόμενο από τον ανάδοχο εξοπλισμό, σύμφωνα με την προσφορά του.

Ο ανάδοχος αναλαμβάνει την ευθύνη για την έγκαιρη, σωστή, ασφαλής και χωρίς οποιαδήποτε πρακτικό πρόβλημα για την Αναθέτουσα Αρχή, μεταφορά και παράδοση των ημερησίων σιτηρεσίων στους χώρους σίτισης.(η οποία και τεκμηριώνεται στην προσφορά του)

Χώροι Εστίασης

α) Χώροι που παραχωρούνται από το Πανεπιστήμιο:

Στον ανάδοχο του διαγωνισμού παρέχεται, χωρίς μίσθωμα η χρήση των χώρων εστίασης του Πανεπιστημίου στις Πανεπιστημιακές Μονάδες με όλες τις ηλεκτρικές, υδραυλικές και αποχετευτικές εγκαταστάσεις και τα εξοπλιστικά μέσα αυτού.

Οι χώροι εστίασης που προορίζονται, για την σίτιση των φοιτητών του Πανεπιστημίου, θα παραχωρηθούν στην ανάδοχο εταιρεία με ιδιαίτερα

πρωτόκολλα παραλαβής και παραδόσεως την ημέρα της υπογραφής της Σύμβασης και τα οποία θα επισυναφθούν σ' αυτές.

Η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται να διατηρεί σε καλή λειτουργική κατάσταση τις εγκαταστάσεις του χώρου εστίασης που της έχει παραχωρηθεί από το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου. Συγκεκριμένα, θα συντηρεί τον εξοπλισμό που της έχει διατεθεί, το ηλεκτρολογικό και υδραυλικό δίκτυο, το σύστημα εξαερισμού και θέρμανσης. Σε περίπτωση φθοράς των παραπάνω από συνήθη χρήση, ο ανάδοχος θα τις επισκευάζει άμεσα με δική του δαπάνη. Επίσης υποχρεούται στην άμεση αντικατάσταση των καταστρεφόμενων ειδών, καθώς και την αντικατάσταση των κρινόμενων ως ακαταλλήλων από τα αρμόδια όργανα του Πανεπιστημίου για τον έλεγχο του χώρου.

Η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται να χρησιμοποιεί τις εγκαταστάσεις του Πανεπιστημίου αποκλειστικά, για την σίτιση των φοιτητών όπως αναφέρεται παραπάνω. Χορευτικές ή ψυχαγωγικές συγκεντρώσεις φοιτητών ή άλλων Πανεπιστημιακών συλλόγων επιτρέπονται μόνον μετά από έγκριση της Αναθέτουσας Αρχής του Πανεπιστημίου κατόπιν υποβολής σχετικού αιτήματος (εγγράφως).

Η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται μετά την λήξη της σύμβασης να αποκομίσει μέσα σε πέντε (5) ημέρες τα αγορασθέντα απ' αυτόν έπιπλα, σκεύη κ.λ.π. Η ανάδοχος εταιρεία ουδεμίας αποζημίωσης δικαιούται, για εκτελεσθείσες εργασίες στο Εστιατόριο ή για την τοποθέτηση μονίμων εγκαταστάσεων.

Η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται μετά την λήξη της σύμβασης να αποζημιώσει το Πανεπιστήμιο για κάθε φθορά, καταστροφή ή απώλεια των παραδοθέντων σ' αυτόν εγκαταστάσεων, μηχανημάτων, επίπλων, μαγειρικών σκευών και ειδών εστίασης.

Μετά την λήξη της σύμβασης η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται μέσα σε δέκα πέντε (15) ημέρες να είναι έτοιμος, για την παράδοση των χώρων του Εστιατορίου και των εγκαταστάσεων αυτού. Επίσης να εξοφλήσει τυχόν οφειλές προς τρίτους που προέκυψαν κατά τη διάρκεια ισχύος της Σύμβασης.

Η παράδοση θα γίνει σε Επιτροπή, που θα ορίσει η Αναθέτουσα Αρχή του Πανεπιστημίου. Η εν λόγω Επιτροπή θα καταρτίσει πίνακες του παραπάνω

υλικού στους οποίους θα αναφέρονται οι φθορές, καταστροφές ή απώλειες και η αποτίμησή τους σε Ευρώ και θα τους υποβάλλουν στην ΔΕ του Πανεπιστημίου το οποίο θα καθορίσει το ποσοστό των οφειλόμενων στην συνήθη χρήση φθορών, κατά δίκαια κρίση.

Προσωπικό

Η ανάδοχος εταιρεία από τον παρόντα έχει την ευθύνη της πρόσληψης, απασχόλησης, πληρωμής, ασφάλισης και τυχόν αποζημίωσης του πάσης φύσεως και κατάλληλου για τη λειτουργία των χώρων παροχής εστίασης, προσωπικού.

Η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται να έχει πάντοτε επαρκές και ειδικευμένο προσωπικό, για την πλήρη εξυπηρέτηση των σιτιζομένων φοιτητών, εφοδιασμένο με τα απαραίτητα βιβλιάρια Υγείας, πρόσφατα θεωρημένα όπως προβλέπεται από τον Οδηγό Υγιεινής Πρακτικής του ΕΦΕΤ.

Το προσωπικό που ασχολείται με την παρασκευή των φαγητών και το σερβίρισμα θα πρέπει, εκτός της άψογης ατομικής καθαριότητας, να φέρει καθαρή στολή και απαραίτητα κατάλληλο κάλυμμα των μαλλιών (σκούφο). Θα υπάρχει οπωσδήποτε στο προσωπικό ένα (1) άτομο το οποίο θα απασχολείται αποκλειστικά και μόνο με την καθαριότητα των χώρων εστίασης.

Η καθαριότητα των χώρων του Εστιατορίου είναι της αποκλειστικής ευθύνης του αναδόχου. Ο χώρος πρέπει να διατηρείται άψογος και στον χρόνο μεταξύ των γευμάτων.

Η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται να ασφαλίσει το προσωπικό του, σύμφωνα με τις κείμενες διατάξεις. Το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου ουδεμία ευθύνη φέρει, για τις συνέπειες της μη ασφάλισης αυτών.

Το προσωπικό προσλαμβάνεται από την ανάδοχο εταιρεία, αφού προηγουμένως διαπιστωθεί, ότι είναι υγιές. Η διαπίστωση γίνεται είτε με την προσκόμιση βιβλιαρίου υγείας θεωρημένο από το Υγειονομικό Κέντρο είτε από την αρμόδια Κρατική Υγειονομική Υπηρεσία.

Ωρες λειτουργίας φοιτητικών εστιατορίων

Το σιτηρέσιο περιλαμβάνει πρωινό, γεύμα και δείπνο και παρέχεται όλες τις ημέρες της εβδομάδας, εργάσιμες και μη, εκτός από τις διακοπές των

Χριστουγέννων και του Πάσχα. Οι ώρες λειτουργίας του εστιατορίου θα είναι από τις 8.00-9.00 13:00 έως 15:00 και από 18:00 έως 20:00. Οι ώρες αυτές είναι δυνατό να τροποποιούνται, με απόφαση της Αναθέτουσας Αρχής του Πανεπιστημίου μετά από πρόταση της οικείας Εποπτεύουσας Επιτροπής, αν κατά την εφαρμογή διαπιστωθεί ότι δεν εξυπηρετούνται οι φοιτητές.

Λειτουργία Φοιτητικών Εστιατορίων

Ο ανάδοχος/οι που θα προκύψει/ουν από τον παρόντα διαγωνισμό έχει/ουν την ευθύνη:

1. Της προμήθειας των πρώτων υλών, της ετοιμασίας και διατήρησης των φαγητών έως τη διανομή τους (αγορά, μεταφορά, αποθήκευση πρώτων υλών, συντήρηση σε ψυγεία στο χώρο των μαγειρείων, καθάρισμα, πλύσιμο, τεμαχισμός, μαγείρεμα, μεριδοποίηση και διανομή του).
2. Της τοποθέτησης του ψωμιού, των μαχαιροπήρουνων, των ποτηριών, των χαρτοπετεστών, του ελαιόλαδου για τις σαλάτες και των λοιπών αρτυμάτων και καρυκευμάτων στους κατάλληλους χώρους που προβλέπονται γι' αυτά.
3. Της επιμελημένης συλλογής των απορριμμάτων και υπολειμμάτων των φαγητών και της ασφαλούς φύλαξής τους σε σακούλες και κλειστούς κάδους μέχρι να μεταφερθούν στο χώρο αποκομιδής τους.
4. Της παραλαβής των δίσκων με τα άπλυτα καθώς και όλων των απαιτούμενων στη συνέχεια εργασιών για το πλύσιμο, το στέγνωμα και την τακτοποίηση των καθαρών ειδών εστίασεως της καθημερινής καθαριότητας και συχνής απολύμανσης όλων των χώρων του εστιατορίου και της διατήρησης ανά πάσα στιγμή καθαρών των αιθουσών του εστιατορίου κατά τις ώρες του φαγητού (τραπέζια, καθίσματα, δάπεδα, τζάμια και τουαλέτες). Τα υλικά που χρησιμοποιούνται για τον καθαρισμό των χώρων και των ειδών εστίασεως βαρύνουν τον ανάδοχο.
5. Για την εξασφάλιση της ομαλής και απρόσκοπτης λειτουργίας συσκευών και εγκαταστάσεων του μαγειρείου και του χώρου παραμονής κοινού του εστιατορίου είναι αποκλειστικά υπεύθυνος ο ανάδοχος. Για το σκοπό αυτό φροντίζει για τους χειρισμούς και την επίβλεψη λειτουργίας, τον έλεγχο και τις ρυθμίσεις συσκευών

σύμφωνα με τις οδηγίες των κατασκευαστών, προληπτική συντήρηση εγκαταστάσεων και μικροεπισκευές (αλλαγή ασφαλειών, αποκατάσταση μικροδιαρροών, αποφράξεις αποχετεύσεων κ.λ.π).

6. Ομοίως η εποπτεία της επάρκειας και της ασφαλούς αποθήκευσης και χρήσης των λειτουργικών αναλωσίμων ως καύσιμα (υγραέριο), νερό χρήσεως με τις αντίστοιχες δεξαμενές και φιάλες, ανήκει στην αποκλειστική ευθύνη του αναδόχου.

7. Περίπτωση βλάβης, που επέρχεται σε χώρους του Πανεπιστημίου από κατασκευαστική αστοχία των εγκαταστάσεων ή παρέλευση διάρκειας ζωής ή φυσιολογική φθορά συσκευής ή ανταλλακτικού αντιμετωπίζεται με πρωτοβουλία και ευθύνη του αναδόχου για την εξασφάλιση της άμεσης ενέργειας και την αποτροπή της διακοπής λειτουργίας του εστιατορίου και οι δαπάνες καλύπτονται από το Πανεπιστήμιο μετά από συνεννόηση με την Τεχνική Υπηρεσία και την έγκριση από τα αρμόδια όργανα.

Άδεια λειτουργίας

Η ανάδοχος εταιρεία πριν από την εγκατάστασή της στους χώρους του Πανεπιστημίου και πριν την έναρξη λειτουργίας, είναι υποχρεωμένη να προσκομίσει τα εξής:

1. Άδεια λειτουργίας του εστιατορίου, στο όνομά του, από την αρμόδια αρχή και
2. Πιστοποιητικά υγείας, έκδοση βιβλιαρίου ΙΚΑ για όσους δεν έχουν και αναγγελία στο Γραφείο ευρέσεως εργασίας του ΟΑΕΔ όλων των προσώπων που θα απασχοληθούν στο εστιατόριο.

Επιστασία, φύλαξη και ασφάλεια χώρων

Η επιστασία, φύλαξη και ασφάλεια του χώρου των εστιατορίων της Πανεπιστημιακής Μονάδας **Τρίπολης, Καλαμάτας, Κορίνθου, Ναυπλίου και Σπάρτης** βαρύνει την ανάδοχο εταιρεία κατά τη διάρκεια ισχύος της σύμβασης και είναι υποχρεωμένη να λαμβάνει όλα τα αναγκαία μέτρα για το σκοπό αυτό.

Εποπτεία

Η εποπτεία της λειτουργίας του Εστιατορίου και ειδικότερα ο έλεγχος της γνησιότητας και ποιότητας των χρησιμοποιουμένων υλικών της ποσότητας και του βάρους των χορηγουμένων μερίδων φαγητού, ο έλεγχος του τιμοκαταλόγου, καθώς και της εφαρμογής των Οδηγών Υγιεινής του ΕΦΕΤ για τις επιχειρήσεις μαζικής εστίασης διενεργείται από αρμόδια Επιτροπή, που ορίζεται από την Αναθέτουσα Αρχή του Πανεπιστημίου και είναι ανεξάρτητος του ελέγχου που ενεργείται από τις κρατικές υπηρεσίες αυτεπαγγέλτως. Το ανωτέρω όργανο θα παρακολουθεί και θα ελέγχει την τήρηση όλων των όρων της σύμβασης από τον ανάδοχο, τα δε πορίσματά του θα τα υποβάλει στην Αναθέτουσα Αρχή του Πανεπιστημίου για την τυχόν επιβολή σ' αυτόν των προβλεπόμενων από την εν λόγω διακήρυξη κυρώσεων.

Η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται να δέχεται τον ανωτέρω έλεγχο και να διευκολύνει τα όργανα που ασκούν αυτόν.

Καταγραφή απόψεων σιτιζομένων

Η άποψη των σιτιζομένων για την ποιότητα, ποσότητα, το σερβίρισμα και γενικά την εξυπηρέτησή τους από την ανάδοχο, αποτελεί βασικό κριτήριο καλής λειτουργίας του Φοιτητικού Εστιατορίου. Για το λόγο αυτό, θα υπάρχουν σε εμφανή σημεία του εστιατορίου ειδικά κουτιά όπου οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να διατυπώνουν σε έντυπα τις απόψεις τους καθώς και προτάσεις για τη βελτίωση της λειτουργίας του εστιατορίου. Στο άνοιγμα και τον έλεγχο των παραπάνω κουτιών, θα παρευρίσκεται και η ανάδοχος εταιρεία ή εκπρόσωπός του.

Ποιότητα πρώτων υλών

Η ανάδοχος εταιρεία είναι υποχρεωμένη να χρησιμοποιεί στο Εστιατόριο πρώτες ύλες άριστης ποιότητας και ελεγμένες από τις αρμόδιες κρατικές υπηρεσίες π.χ. για την ποιότητα των κρεάτων έλεγχος από την Κτηνιατρική Υπηρεσία κ.λ.π.

Η προμήθεια πρώτων υλών που με το χρόνο αποθήκευσής τους αναπτύσσουν μικροοργανισμούς (όσπρια, ζυμαρικά κ.λ.π.) θα πρέπει να γίνεται σε μικρά χρονικά διαστήματα. Εννοείται ότι οι πρώτες ύλες που θα χρησιμοποιούνται στο

Εστιατόριο θα καταναλώνονται πριν τον χρόνο λήξης τους. Ιδιαίτερη φροντίδα θα πρέπει να λάβει η ανάδοχος εταιρεία για τη διατήρηση σταθερής θερμοκρασίας ψύξης των καταψυγμένων προϊόντων κατά τη μεταφορά και αποθήκευσή τους μέχρι τη χρήση τους. Ειδικότερα στα οπωροκηπευτικά (φρούτα, σαλάτες, λαχανικά κ.λ.π.) πρέπει πριν διατεθούν για χρήση να γίνεται διεξοδικός έλεγχος και με επιμέλεια η διαλογή τους, καθώς και προσεκτικό πλύσιμο.

Γενικοί Όροι Εφαρμογής της Σύμβασης

α. Ο έλεγχος της πιστής εφαρμογής των όρων της Σύμβασης θα γίνεται τακτικά ή και έκτακτα από τα αρμόδια όργανα υπό την εποπτεία και έλεγχο της Επιτροπής για την Σίτιση σε κάθε μία από τις Πανεπιστημιακές Μονάδες οι οποίες ορίζονται από την Αναθέτουσα Αρχή του Πανεπιστημίου.

β. Η τήρηση των όρων υγιεινής των χώρων, η εμφάνιση του προσωπικού, η καταλληλότητα των πρώτων υλών και των προσφερόμενων ειδών ελέγχεται από το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου σε συνεργασία με τις αρμόδιες κρατικές υπηρεσίες. Η ανάδοχος εταιρεία υποχρεούται να δέχεται τους ελέγχους αυτούς και να διευκολύνει τα εντεταλμένα όργανα του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου στο έργο τους.

γ. Η ανάδοχος εταιρεία και οι κατά τόπους υπάλληλοί της, υποχρεούνται να συμμορφώνονται με τις υποδείξεις της Επιτροπής για την Σίτιση καθώς και των αρμόδιων ελεγκτικών οργάνων σε κάθε θέμα που έχει σχέση με τις εκτελούμενες εργασίες και τις παρεχόμενες υπηρεσίες.

δ. Είναι υποχρεωμένη να τηρεί τους νόμους και διατάξεις που ισχύουν, για την υγεία και ασφάλεια του προσωπικού που θα απασχολείται σε όλους τους χώρους σίτισης προς αποφυγήν τυχόν εργατικού ατυχήματος.

ε. Η αντισυμβατική συμπεριφορά της αναδόχου εταιρείας αποτελεί λόγο αποκλεισμού της σε επόμενους διαγωνισμούς του Ιδρύματος.

στ. Η άποψη των σιτιζομένων για την ποιότητα, το σερβίρισμα και γενικά την εξυπηρέτησή τους από την ανάδοχο εταιρεία, αποτελεί βασικό κριτήριο καλής λειτουργίας του Φοιτητικού εστιατορίου.

ζ. Σε περίπτωση αθετήσεως των όρων της σύμβασης ή σε περίπτωση που η ανάδοχος εταιρεία δεν ανταποκρίνεται απόλυτα στις υποχρεώσεις που απορρέουν από αυτήν και την προσφορά της ή δεν συμμορφώνεται προς τις υποδείξεις του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου και των άλλων υπηρεσιών (Αγορανομία, Υγειονομικό) για την εύρυθμη και άψογη λειτουργία του εστιατορίου, το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου διατηρεί το δικαίωμα να λύσει μονομερώς τη σύμβαση και να κηρύξει έκπτωτο τον ανάδοχο, ο οποίος πέραν από τις άλλες συνέπειες που προβλέπονται από τη σχετική νομοθεσία και τη διακήρυξη βαρύνεται και με κατάπτωση ποινικής ρήτρας η οποία ορίζεται από την Αναθέτουσα Αρχή του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου η οποία θα εισπραχθεί με την διαδικασία εισπράξεως δημοσίων εσόδων. Δικαίωμα για μονομερή λύση της σύμβασης διατηρεί και η ανάδοχος εταιρεία σε περίπτωση αθέτησης των υποχρεώσεων του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου απέναντί του.

η. Η πληρωμή θα καταβάλλεται στον ανάδοχο εστιάτορα με κανονικό χρηματικό ένταλμα, το οποίο θα εκδίδεται, αναλόγως με τις ημέρες λειτουργίας του εστιατορίου και μέσα σε εύλογο χρονικό διάστημα από την κατάθεση των απαραίτητων δικαιολογητικών.

Λοιποί Όροι

Η Ανάδοχος εταιρεία και το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου θα προσπαθούν να ρυθμίζουν καλόπιστα κάθε διαφορά, που τυχόν θα προκύψει στις μεταξύ τους σχέσεις κατά την διάρκεια της ισχύος της σύμβασης.

Επί διαφωνίας, η διαφορά θα λύνεται από τα Ελληνικά Δικαστήρια και συγκεκριμένα τα Δικαστήρια της Τρίπολης, σύμφωνα με την κείμενη Ελληνική Νομοθεσία, εφαρμοστέο δε δίκαιο είναι πάντοτε το Ελληνικό.

Δεν αποκλείεται όμως, για ορισμένες περιπτώσεις εφόσον συμφωνούν και τα δύο μέρη, να γίνει προσφυγή των συμβαλλομένων, αντί στα Δικαστήρια, σε διαιτησία, σύμφωνα πάντα με την Ελληνική Νομοθεσία και με όσα μεταξύ τους συμφωνήσουν. Αν δεν επέλθει τέτοια συμφωνία, η αρμοδιότητα για την επίλυση της διαφοράς ανήκει στα Ελληνικά Δικαστήρια κατά τα οριζόμενα στην παραπάνω παράγραφο.

Οποιαδήποτε τροποποίηση της σύμβασης πρέπει να εξασφαλίζει την υλοποίηση του έργου όπως προδιαγράφηκε.

Κατά τα λοιπά ισχύουν οι κείμενες διατάξεις, βάσει των οποίων διενεργήθηκε ο διαγωνισμός αυτός.

Η παρούσα σύμβαση υπερισχύει από κάθε άλλο κείμενο, στο οποίο αυτή στηρίζεται (Διακήρυξη, Όροι Συμφωνιών, Προσφορές, κλπ.), εκτός φυσικά από προφανή σφάλματα ή παραδρομές.

Η παρούσα σύμβαση διέπεται από τις διατάξεις του Ν. 2286/1995, του ΠΔ118/2007 (ΦΕΚ 150 τ.Α'), και τις λοιπές περί Προμηθειών του Δημοσίου και Ν.Π.Δ.Δ. διατάξεις (Ν. 2083/1992 κ.λ.π.) του ΠΔ 60.2007 και ειδικότερα το άρθρο 25 παρ.4 του ΠΔ 60/2007 όπως τροποποιήθηκε και ισχύει .

Οποιαδήποτε τροποποίηση, ανανέωση ή αλλαγή των όρων της παρούσας θα έχει ισχύ εφόσον γίνει εγγράφως και υπογραφεί και από τα δύο μέρη.

Τέλος, η παρούσα σύμβαση, αφού συντάχθηκε σε τρία πρωτότυπα και αφού διαβάστηκε και βεβαιώθηκε, υπογράφεται από τους συμβαλλόμενους.

ΟΙ ΣΥΜΒΑΛΛΟΜΕΝΟΙ

**Για το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου
Ο Αναπληρωτής Πρύτανη
Οικονομικής Διαχείρισης και Νέων
Τεχνολογιών**

**Για την Εταιρεία
ΚΟΡΙΝΘΙΑΝ PALACE
CATERING Α.Ε
Ο νόμιμος εκπρόσωπος**

**Αναπληρωτής Καθηγητής
Γεώργιος Π. Λέπουρας**

ΚΑΚΟΓΙΑΝΝΗΣ ΗΛΙΑΣ

**Στη παρούσα Σύμβαση επισυνάπτονται και αποτελούν αναπόσπαστο μέρος
αυτής οι παρακάτω Πίνακες:**

- ✓ Πίνακας 1 «Πίνακας Ελάχιστο Βάρος Μερίδων»
- ✓ Πίνακας 2 «Πίνακας Γευμάτων » (Τεχνική Προσφορά Αναδόχου)

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

ΕΛΑΧΙΣΤΟ ΒΑΡΟΣ ΜΕΡΙΔΩΝ

| ΕΙΔΟΣ | ΕΛΑΧΙΣΤΟΒΑΡΟΣ |
|---|--|
| 1.Κρέας ψητό ή μαγειρευτό χωρίς κόκαλο,λουκάνικο | ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΙΣΧΥΟΝΤΕΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥΣ ΤΗΣ ΑΓΟΡΑΝΟΜΙΑΣ |
| 2.Ντολμάδες χωρίς σάλτσα | |
| 3.Κεφτέδες χωρίς σάλτσα | |
| 4.Σουτζουκάκια χωρίς σάλτσα | |
| 5.Μακαρόνια με κιμά | |
| 6.Μπιφτέκι (10%μέγιστολίπος) | |
| 7.Ψάρια διάφορα είδη | |
| 8.Κοτόπουλο | |
| 9.Γαλοπούλαστήθοςφέτα | |
| 10.Πατάτεςγιαχνήφούρνου,φασολάκιαφρέσκα,μελιτζάνες, κολοκυθοπατάτες και άλλα λαχανικά | |
| 11.Όσπριαφούρνου | |
| 12.Όσπριασούπα(φασολάδα,φακές) | |
| 13.Αγκινάρες-Μπάμιες | |
| 14.ΑρακάςΒουτύρου | |
| 15.Τηγανιτές Πατάτες ή Κολοκυθάκια | |
| 16.Μακαρόνια χωρίς σάλτσα | |
| 17.Ρύζι χωρίς σάλτσα | |
| 18.Πουρές | |
| 19.Σκορδαλιά | |
| 20.Σαλάτα μαρούλι, λάχανο | |
| 21.Σαλάταντομάτα,αγγούρι ή συνδυασμός | |
| 22.Ταραμοσαλάτα,ρώσικητζατζίκικ.λ.π., | |
| 23.Χωριάτικη(μεφέτατουλάχιστον50γρ.) | |
| 24.Βραστάσαλατικάήχόρτα(σεατμό) | |
| 25.Παστίτσιο,μουσακάς | |
| 26.Τυρόπιτεςήσπανακόπιτες | |
| 27.Γεμιστάμεσάλτσα(ντομάτες, πιπεριές, κολοκύθια) | |
| 28.Σούπεςδιάφορες | |
| 29.Ταραμάς - Χαλβάς | |
| 30.Φέτα | |
| 31.Τυριάσκληρά | |
| 32.Ελιές | |
| 33.Καρπούζι-Πεπόνι | |
| 34.Σταφύλια | |
| 35.Κεράσια | |
| 36.Μήλα-αχλάδια-ροδάκινα- πορτοκάλια - Βερίκοκα | |
| 37.Ψωμί | |
| 38.Πάστες,μπακλαβάς,τροίγωνα,γλυκάσεφόρμα, Κομπόστα | |
| 39.Γλυκάταψιούσεσιρόπι | |
| 40.Ρυζόγαλο,κρέμες πιάτου, Λουκουμάδες με μέλι | |
| 41.Παγωτά - Μπουγάτσες | |

- **Για όλα τα είδη το γαρνίρισμα θα έχει βάρος κανονικής μερίδας.**

Έτσι για να υπολογίσουμε για παράδειγμα το βάρος μιας μερίδας ψαριού με πατάτες, προσθέτουμε το βάρος μιας μερίδας ψαριού (200 γρ.) στο βάρος μιας κανονικής μερίδας πατάτες (190 γρ.), οπότε το βάρος του φαγητού αυτού θα πρέπει να είναι 390 γρ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 2

ΠΙΝΑΚΑΣ ΓΕΥΜΑΤΩΝ

(Τεχνική Προσφορά Αναδόχου)

Κόρινθος 29 Μαΐου 2016

| <u>1η ΕΒΔΟΜΑΔΑ</u> | | | | | | | | |
|--------------------|-------------|---|--|---|--|--|--|---|
| <u>ΓΕΥΜΑ</u> | | | | | | | | |
| | | ΚΥΡΙΑΚΗ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ |
| ΓΕΥΜΑ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠ Α ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΕΛΙΑ, ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΣΕΛΕΡΥ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΣΟΥΠΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ , ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑΝ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ | ΚΟΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΡΥΖΙ ΚΑΙ ΑΥΓΟΚΟΜΕΝΗ ΣΑΛΤΣΑ | ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΟΥΠΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ , ΚΑΡΟΤΟ, ΣΕΛΕΡΥ ΚΑΙ ΤΖΙΝΤΖΕΡ | ΧΟΡΤΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΑΓΡΙΑ ΧΟΡΤΑ , ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ |
| | | ή | ή | ή | ή | ή | ή | ή |
| | | ΚΑΣΕΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΟΥΡΟΥ | ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ΠΑΤΑΤΟΠΙΤΑ ΜΕ ΠΡΑΣΟ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ | ΚΡΕΠΑ ΜΕ ΜΟΥΣ ΤΥΡΙΩΝ ΚΑΙ ΚΑΠΝΙΣΤΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΖΑΜΠΟΝΟΤΥΡΟΠ ΙΤΑ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ , ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΤΥΡΙΑ ΣΕ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΦΛΟΓΕΡΑ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ |

| | | | | | | | ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΟΥΡΟΥ | |
|--|-----------------|--|---|--|--|--|--|--|
| | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΑΡΝΙ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΡΙΓΑΝΑΤΕΣ | ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΚΑΡΥ & ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΡΥΖΙ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ | ΦΑΣΟΛΑΔΑ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΗ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΕΛΙΝΟ ΚΑΙ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΧΟΙΡΙΝΟ ΛΕΜΟΝΑΤΟ ΜΕ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ , ΦΡΕΣΚΙΑ ΡΙΓΑΝΗ ΜΕ ΡΥΖΙ ΜΕ STICKS ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | ΑΡΑΚΑΣ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟΣ ΜΕ ΚΑΡΟΤΑ , ΠΑΤΑΤΕΣ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΡΟΛΟ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΠΟΥΡΕ ΦΡΕΣΚΙΑΣ ΠΑΤΑΤΑΣ |
| | | ΣΟΥΒΛΑΚΙ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕ ΝΟ ΜΕ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ ΚΑΙ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΣΟΥΦΛΕ ΖΥΜΑΡΙΚΩΝ ΜΕ ΒΙΔΕΣ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ, ΤΥΡΙΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ | ΦΙΛΕΤΟ ΠΕΡΚΑ ΣΤΗ ΣΧΑΡΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΠΟ ΑΡΩΜΑ ΛΕΜΟΝΙ ΚΑΙ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΓΚΙΝΑΡΕΣ ΑΛΛΑ ΠΟΛΙΤΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΠΑΤΑΤΕΣ ΩΓΚΡΑΤΕΝ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ , ΜΠΕΙΚΟΝ ΚΑΙ ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ | ΤΑΛΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΑΠΟ ΑΡΩΜΑ ΒΑΣΙΛΙΚΟΥ | ΛΑΧΑΝΟΝΤΟΛΜ ΑΔΕΣ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ , ΑΝΗΘΟ ΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ ΑΥΤΟΛΕΜΟΝΟ | ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΙΜΑΜ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ ΦΑΣΟΛΙΑ ΧΑΝΤΡΕΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΧΩΡΙΑΤΙΚΑ ΛΟΥΚΑΝΙΚΑ ΣΧΑΡΑΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΛΥΩΝΑΙΖ ΚΑΙ ΣΟΣ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ ΣΝΙΤΣΕΛ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΡΥΖΟΤΟ ΑΓΡΙΩΝ ΜΑΝΙΤΑΡΙΩΝ ΚΑΙ ΣΑΦΡΑΝ |

| | | | | ΛΕΜΟΝΑΤΕΣ | | ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ | | |
|-----------------|-------------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------|------------------|-----------------|
| ΣΥΝΟΔΕ ΥΤΙΚΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | |
| | ΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ | |
| | ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ | ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ | ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ | ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ | ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ | ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ | ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ |
| | ΛΑΧΑΝΟ | ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ | ΛΑΧΑΝΟ | ΛΑΧΑΝΟ | ΛΑΧΑΝΟ | ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ | ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ | |
| | ΑΣΠΡΟ | ,ΜΑΡΟΥΛΙ, | ΑΣΠΡΟ | ΑΣΠΡΟ | ΑΣΠΡΟ | ,ΜΑΡΟΥΛΙ, | ,ΜΑΡΟΥΛΙ, | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ |
| | ,ΜΑΡΟΥΛΙ, | ΚΑΡΟΤΟ , | ,ΜΑΡΟΥΛΙ, | ,ΜΑΡΟΥΛΙ, | ,ΜΑΡΟΥΛΙ, | ΚΑΡΟΤΟ , | ΚΑΡΟΤΟ , | ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , |
| | ΚΑΡΟΤΟ , | ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ | ΚΑΡΟΤΟ , | ΚΑΡΟΤΟ , | ΚΑΡΟΤΟ , | ΚΟΚΚΙΝΟ | ΚΟΚΚΙΝΟ | ΑΓΓΟΥΡΙ , |
| | ΚΟΚΚΙΝΟ | ΚΑΙ ΣΩΣ | ΚΟΚΚΙΝΟ | ΚΟΚΚΙΝΟ | ΚΟΚΚΙΝΟ | ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ | ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | ΠΙΠΕΡΙΕΣ , |
| | ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ | ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ | ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ | ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ | ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ |
| | ΣΩΣ | | ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | | | ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ |
| | ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΣΑΛΑΤΑ ΡΩΣΙΚΗ | | | | ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΜΕ | ΤΟΝΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ | ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ |
| | | ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, | ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ | ΝΤΟΜΑΤΑ, | ΠΑΤΑΤΕΣ , ΤΟΝΟ , | |
| | ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ | ΑΡΑΚΑ, ΚΑΡΟΤΟ, | ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ | ΤΖΑΤΖΙΚΙ | ΤΖΑΤΖΙΚΙ | ΜΑΡΟΥΛΙ, | ΦΡΕΣΚΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΤΖΑΤΖΙΚΙ |
| ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, | ΑΓΓΟΥΡΑΚΙ | ΦΕΤΑ ΚΑΙ | | | ΖΑΜΠΟΝ, ΤΥΡΙ, | ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ ΚΑΙ | | |
| ΜΑΡΟΥΛΙ, | ΤΟΥΡΣΙ ΚΑΙ | ΠΙΠΕΡΙΑ | ΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ | ΑΥΤΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | ΑΝΗΘΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ | |
| ΖΑΜΠΟΝ, | ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ | ΦΛΩΡΙΝΗΣ | ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ | ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ | ΚΟΚΤΕΙΛ | | ΜΑΡΟΥΛΙ ΦΡΕΣΚΟ | |
| ΤΥΡΙ, ΑΥΤΟ | | | ΦΡΕΣΚΟ | ΦΡΕΣΚΟ | | ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ | ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ ΚΑΙ | |
| ΚΑΙ ΣΩΣ | ΣΑΛΑΤΑ | ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤ | ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, | ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, | ΣΑΛΑΤΑ | ΣΤΡΙΦΤΟ | ΑΝΗΘΟ | |
| ΚΟΚΤΕΙΛ | ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ | Α ΜΕ | ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜΑ | ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜΑ | ΝΙΣΟΥΑΖ ΜΕ | ΖΥΜΑΡΙΚΟ | | |
| | ΠΛΙΓΟΥΡΙ | ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕ | ΤΙΝΙΑ ΚΑΙ | ΤΙΝΙΑ ΚΑΙ | ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ | ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ | | |
| ΣΑΛΑΤΑ | ΛΑΧΑΝΙΚΑ , | ΝΑ ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ | ΦΡΕΣΚΟ | ΦΡΕΣΚΟ | ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ | ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ | | |
| ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ | ΜΑΙΝΤΑΝΟ | , ΑΡΑΚΑ, | ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΕΛΙΕΣ | ΚΙΤΡΙΝΟ | | |

| | | | | | | | | |
|-------------------------------------|----------------|--|---|--|--|--|---|--|
| | | ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ | ΠΙΠΕΡΙΕΣ ,ΚΑΙ ΣΩΣ ΑΠΟ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ | | ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | |
| | ΕΠΙΔΟΡ ΠΙΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΖΕΛΕ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΦΡΑΟΥΛΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΙΤΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΡΟΔΑΚΙΝΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΧΑΛΒΑΣ ΣΙΜΙΓΔΑΛΕΝΙΟ Σ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΚΑΝΕΛΑΣ ΚΑΙ ΚΑΡΥΔΙΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΡΥΖΟΓΑΛΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΝΕΛΛΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΡΟΔΑΚΙΝΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΜΙΛ- ΦΕΙΓ ΑΠΟ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΣΦΟΛΙΑΤΑΣ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΠΑΤΙΣΕΡΙ |
| <u>1η ΕΒΔΟΜΑΔΑ</u> <u>ΔΕΙΠΝΟ</u> | | | | | | | | |
| | | ΚΥΡΙΑΚΗ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ |
| ΔΕΙΠΝΟ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΚΟΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΡΥΖΙ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΟΜΕΝ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ | ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΕΛΙΑ, ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΣΕΛΕΡΥ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΣΟΥΠΙΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ , ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ | ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|--|---|---|---|---|---|--|
| | | Η ΣΑΛΤΣΑ ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ή ΚΡΕΠΑ ΜΕ ΜΟΥΣ ΤΥΡΙΩΝ ΚΑΙ ΚΑΠΝΙΣΤΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ | ή ΚΑΣΕΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΟΥΡΟΥ | ή ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ΝΤΟΜΑΤΑ ή ΠΑΤΑΤΟΠΙΤΑ ΜΕ ΠΡΑΣΟ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ | ή ΚΡΕΠΑ ΜΕ ΜΟΥΣ ΤΥΡΙΩΝ ΚΑΙ ΚΑΠΝΙΣΤΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ | ή ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΠΡΑΣΟ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ |
| | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΠΕΝΝΕΣ ΚΑΡΜΠΟΝΑΡ Α ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ, ΜΠΕΙΚΟΝ & ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΣΧΑΡΑΣ ΑΠΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΠΟΥΡΕ ΦΡΕΣΚΙΑΣ ΠΑΤΑΤΑΣ ΚΑΙ | ΠΙΤΣΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΚΡΕΜΜΥΔΙ, ΤΥΡΙ, ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΚΑΙ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΛΑΖΑΝΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΦΡΕΣΚΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΟΥ | ΚΑΛΑΜΑΡΑΚΙ ΓΙΑΧΝΙ ΜΕ ΚΟΦΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ ΚΑΙ ΑΝΗΘΟ ΡΙΖΟΤΟ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΩΝ & ΤΡΙΜΜΕΝΗ ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ | ΦΑΚΕΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΙΟΜΑΤΑ, ΣΚΟΡΔΟ & ΑΡΩΜΑ ΔΑΦΝΗΣ ΓΑΛΕΟΣ ΤΗΓΑΝΗΤΟΣ ΜΕ ΚΟΥΡΚΟΥΤΙ ΜΠΥΡΑΣ, ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΑ ΨΗΤΗ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ | ΜΟΥΣΑΚΑΣ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ, ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ ΣΟΥΦΛΕ ΖΥΜΑΡΙΚΩΝ ΜΕ ΒΙΔΕΣ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ, ΤΥΡΙΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ | ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΑΓΛΙΟ Ε ΟΛΙΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΣΚΟΡΔΟΥ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΓΙΓΑΝΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΦΡΕΣΚΙΑΣ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΣΟΛΟΜΟΣ ΣΧΑΡΑΣ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝΟ Σ ΣΕ ΜΑΡΑΘΟ, ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΜΕ ΣΩΣ ΛΕΜΟΝΙΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ ΠΕΝΝΕΣ ΑΡΑΜΠΙΑΤΑ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ, ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ, ΣΚΟΡΔΟ ΚΑΙ |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|---|--|---|--|--|---|---|
| | | ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΑΛΤΣΑ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ | | | ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ | | | ΤΡΙΜΜΕΝΗ ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ |
| | | ΟΜΕΛΕΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ , ΝΤΟΜΑΤΑ,ΠΟ ΛΥΧΠΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ & ΕΛΙΑ | ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΦΡΕΣΚΙΑΣ ΝΤΟΜΑΤΑΣ , ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΣΟΥΝΤΖΟΥΚΑΚ ΙΑ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΑΡΩΜΑΤΙΣΜΕΝ Η ΜΕ ΚΥΜΙΝΟ & ΜΕ ΡΥΖΙ ΠΙΛΑΦΙ | ΠΑΤΑΤΕΣ ΟΓΚΡΑΤΕΝ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ, ΜΠΕΙΚΟΝ & ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ | ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ΚΑΙ ΨΗΤΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ ΜΕ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ | ΣΟΥΦΛΕ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΣΧΑΡΑΣ ΚΑΙ ΜΠΕΣΑΜΕΛ | ΠΙΤΣΑ ΣΠΕΣΙΑΛ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ , ΜΟΤΣΑΡΕΛΛΑ , ΣΑΛΤΣΑ ΒΑΣΙΛΙΚΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ |
| | ΣΥΝΟΔΕ ΥΤΙΚΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜ ΑΤΙΝΙΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜΑΤΙ ΝΙΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΜΕ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜΑ ΤΙΝΙΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΠΑΤΖΑΡΙΑ, ΚΑΡΥΔΙΑ ΚΑΙ ΣΩΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙΟΥ ΣΑΛΑΤΑ ΤΖΑΤΖΙΚΙ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΚΡΗΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΑΓΓΟΥΡΙ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΝΤΑΚΟ, ΚΑΠΑΡΗ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ |

| | | | | | | | | |
|--|------------|--|--|---|---|--|--|--|
| | | <p>ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ</p> | <p>ΝΤΟΜΑΤΑ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΖΑΜΠΟΝ, ΤΥΡΙ, ΑΥΓΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΚΟΚΤΕΙΛ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ</p> | <p>ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ</p> | <p>ΣΑΛΑΤΑ ΡΩΣΙΚΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, ΑΡΑΚΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΑΓΓΟΥΡΑΚΙ ΤΟΥΡΣΙ ΚΑΙ ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ, ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ</p> | <p>ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ Α ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕΝΑ Α ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ , ΑΡΑΚΑ, ΠΙΠΕΡΙΕΣ ,ΚΑΙ ΣΩΣ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ</p> | <p>ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΑ ΦΛΩΡΙΝΗΣ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ, ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ</p> | <p>ΣΑΛΑΤΑ ΡΩΣΙΚΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, ΑΡΑΚΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΑΓΓΟΥΡΑΚΙ ΤΟΥΡΣΙ ΚΑΙ ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ</p> |
| | ΕΠΙΔΟΡ ΠΙΟ | <p>ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ</p> <p>ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΙ</p> | <p>ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ</p> <p>ΚΡΕΜΑ ΜΕ</p> | <p>ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ</p> <p>ΓΙΑΟΥΡΤΙ</p> | <p>ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ</p> <p>ΣΙΡΟΠΙΑΣΜΕΝΟ</p> | <p>ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ</p> <p>ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΙΤΑ</p> | <p>ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ</p> <p>ΠΑΝΑΚΟΤΑ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑ ,</p> | <p>ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ</p> <p>ΖΕΛΕ ΜΕ ΓΕΥΣΗ ΚΕΡΑΣΙ</p> |

| | | | | | | | | |
|--------------------|------------------------|--|---|---|--|--|---|---|
| | | ΤΑ ΜΕ ΣΩΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ | ΑΓΕΛΑΔΙΝΟ ΜΕ ΘΥΜΑΡΙΣΙΟ ΜΕΛΙ | ΡΑΒΑΝΙ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΜΑΣΤΙΧΑΣ | ΜΕ ΣΩΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | ΕΣΑΝΣ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ ΚΑΙ ΣΩΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | |
| <u>2η ΕΒΔΟΜΑΔΑ</u> | | | | | | | | |
| <u>ΓΕΥΜΑ</u> | | | | | | | | |
| | | ΚΥΡΙΑΚΗ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ |
| ΓΕΥΜΑ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΚΟΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΡΥΖΙ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΟΜΕΝ Η ΣΑΛΤΣΑ ή | ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΟΥΠΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΣΕΛΕΡΥ ΚΑΙ ΤΖΙΝΤΖΕΡ ή | ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ ή ΖΑΜΠΟΝΟΥΤΥΡ | ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΟΥΠΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΣΕΛΕΡΥ ΚΑΙ ΤΖΙΝΤΖΕΡ ή | ΣΟΥΠΙΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ, ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑΝ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ή | ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ ΜΕ ΑΦΡΑΤΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΖΥΜΑΡΙ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΡΙΓΑΝΗ ή | ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΕΛΙΑ, ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΣΕΛΕΡΥ ή |
| | | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ ΜΕ ΑΦΡΑΤΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΖΥΜΑΡΙ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΡΙΓΑΝΗ | ΟΠΙΤΑ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ, ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΤΥΡΙΑ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΟΥΡΟΥ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΦΛΟΓΕΡΑ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ |

| | | | | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|---|---|---|
| | | <p>ΜΟΣΧΑΡ ΣΤΡΟΓΚΑΝΩΦ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΚΑΙ ΠΟΥΡΕ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ</p> <p>ΣΟΥΦΛΕ ΖΥΜΑΡΙΚΩΝ ΜΕ ΠΕΝΝΕΣ, ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ, ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ</p> <p>ΧΟΙΡΙΝΟ ΦΡΙΚΑΣΕ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΧΟΡΤΑΡΙΚΑ</p> | <p>ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ</p> <p>ΠΑΤΑΤΕΣ ΟΓΚΡΑΤΕΝ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ,ΚΑΠΝΙ ΣΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ ΚΑΙ ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ</p> <p>ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΙΜΑΜ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΤΟΜΑΤΑ, ΦΕΤΑ, ΚΡΕΜΜΥΔΙ &</p> | <p>ΣΚΑΛΟΠΙΝΙΑ ΑΠΟ ΦΙΛΕΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝ Ο ΣΕ ΓΙΑΟΥΡΤΙ, ΚΑΡΥ ΚΑΙ ΤΖΙΤΖΕΡ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ ΚΑΙ ΡΥΖΙ ΜΠΑΣΜΑΤΙ ΠΕΝΝΕΣ ΑΡΑΜΠΙΑΤΑ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ, ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ, ΣΚΟΡΔΟ ΚΑΙ ΤΡΙΜΜΕΝΗ ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ ΨΑΡΟΝΕΦΡΙ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΠΟΛΥΧΡΩΜΩΝ ΠΙΠΕΡΙΩΝ ΚΑΙ</p> | <p>ΡΕΒΥΘΙΑ ΛΕΜΟΝΑΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΡΙΓΑΝΗ</p> <p>ΨΑΡΙ ΠΛΑΚΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΚΡΕΜΜΥΔΙ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ ΚΑΙ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ</p> <p>ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΚΡΕΜΜΙΔΙ, ΠΑΤΑΤΕΣ ΚΑΙ</p> | <p>ΓΥΡΟΣ ΧΟΙΡΙΝΟΣ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΕΣ ΠΙΤΟΥΛΕΣ, ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ, ΤΖΑΤΖΙΚΙ, ΤΟΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΨΗΤΕΣ</p> <p>ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΓΙΟΥΒΕΤΣΙ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ</p> <p>ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΜΠΡΟΚΟΛΟ, ΜΠΕΙΚΙΟΝ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ</p> | <p>ΛΑΧΑΝΟΡΥΖΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ</p> <p>ΠΕΡΚΑ ΣΧΑΡΑΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΠΟ ΑΡΩΜΑ ΛΕΜΟΝΙΟΥ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ</p> <p>ΑΡΑΚΑΣ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟΣ ΜΕ ΚΑΡΟΤΑ, ΠΑΤΑΤΕΣ &</p> | <p>ΨΗΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ & ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ</p> <p>ΧΩΡΙΑΤΙΚΑ ΛΟΥΚΑΝΙΚΑ ΜΕ ΠΑΠΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ & ΣΩΣ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ</p> <p>ΜΟΥΣΑΚΑΣ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ, ΨΗΤΑ</p> |
|--|--|---|--|---|--|---|---|---|

| | | ΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ ΑΥΓΟΛΕΜΟΝ Ο | ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΡΥΖΙ ΜΠΑΣΜΑΤΙ | ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΓΑΛΑΚΤΟΣ | ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΛΑΧΑΝΙΚΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ |
|--|-----------------|---|---|---|---|--|---|---|
| | | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ |
| | | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ, ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ |
| | ΣΥΝΟΔΕ ΥΤΙΚΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΖΑΜΠΟΝ, ΤΥΡΙ, ΑΥΓΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΚΟΚΤΕΙΛ | ΑΡΑΚΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΑΓΓΟΥΡΑΚΙ ΤΟΥΡΣΙ ΚΑΙ ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , | ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔ | ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΑ ΦΛΩΡΙΝΗΣ ΜΕΛΙΤΖΑΝΟΣΑ ΛΑΤΑ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΗ | ΣΑΛΑΤΑ ΤΖΑΤΖΙΚΙ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΑΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΖΑΜΠΟΝ, ΤΥΡΙ, ΑΥΓΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΚΟΚΤΕΙΛ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΜΑΡΟΥΛΙ ,ΑΝΘΟΤΥΡΟ, | ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΡΥΖΙ, ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΚΑΙ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝΟ ΛΑΧΑΝΟ, ΚΑΡΟΤΟ, ΣΤΑΦΙΔΕΣ, ΞΗΡΟΥΣ |

| | | | | | | | | |
|-------------------------------------|----------------|--|--|---|---|--|--|---|
| | | ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ | ΦΑΒΑ ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕ ΝΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ | ΜΕΛΙΤΖΑΝΑ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΠΙΠΕΡΙΑ , ΣΚΟΡΔΟ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟΝ | | ΠΑΞΙΜΑΔΙ ΚΑΙ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΣΩΣ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΚΑΡΠΟΥΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΚΟΛΙΑΝΔΡΟ |
| | ΕΠΙΔΟΡ ΠΠΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΡΕΜΑ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΜΙΛ- ΦΕΙΓ ΑΠΟ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΣΦΟΛΙΑΤΑΣ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΠΑΤΙΣΕΡΙ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΑΓΕΛΑΔΙΝΟ ΜΕ ΘΥΜΑΡΙΣΙΟ ΜΕΛΙ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΡΥΖΟΓΑΛΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΝΕΛΛΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΡΟΔΑΚΙΝΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΡΕΜΑ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΣΙΡΟΠΙΑΣΜΕΝΟ ΡΑΒΑΝΙ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΜΑΣΤΙΧΑΣ |
| <u>2η ΕΒΔΟΜΑΔΑ</u> <u>ΔΕΙΠΝΟ</u> | | | | | | | | |
| | | ΚΥΡΙΑΚΗ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ |
| ΔΕΙΠΝΟ | ΠΡΩΤΟ ΠΠΑΤΟ | ΚΡΕΠΑ ΜΕ ΜΟΥΣ ΤΥΡΙΩΝ ΚΑΙ ΚΑΠΝΙΣΤΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ | ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ ΜΕ ΑΦΡΑΤΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΖΥΜΑΡΙ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΡΙΓΑΝΗ | ΚΟΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΡΥΖΙ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΟΜΕΝΗ | ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΕΛΙΑ, ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΣΕΛΕΡΥ | ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΟΥΠΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ , ΚΑΡΟΤΟ, | ΣΟΥΠΙΑ ΤΟΥ ΣΕΦ | ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|--|---|---|--|---|---|---|
| | | ΚΑΙ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ή ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΦΛΟΓΕΡΑ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΣΑΛΤΣΑ ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ή ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ΣΕΛΕΡΥ ΚΑΙ ΤΖΙΝΤΖΕΡ ή ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ή ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΠΡΑΣΟ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ | ΤΣΕΝΤΑΡ ή ΣΟΥΠΙΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ , ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑΝ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ |
| | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΟΜΕΛΕΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ , ΝΤΟΜΑΤΑ, ΠΟ ΛΥΧΠΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ & ΕΛΙΑ ΣΟΥΝΤΖΟΥΚΑ ΚΙΑ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ | ΓΕΜΙΣΤΕΣ ΝΤΟΜΑΤΕΣ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΜΕ ΡΥΖΙ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ΠΕΝΝΕΣ ΑΓΛΙΟ Ε ΟΛΙΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΣΚΟΡΔΟΥ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΡΟΛΟ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΠΟΥΡΕ ΦΡΕΣΚΙΑΣ ΠΑΤΑΤΑΣ ΛΙΓΚΟΥΙΝΙ ΜΕ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ ΣΒΗΣΜΕΝΑ ΜΕ ΟΥΖΟ ΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ | ΜΕΛΙΤΖΑΝΑ ΠΑΠΟΥΤΣΑΚΙ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΚΑΙ ΜΠΕΣΑΜΕΛ ΦΑΚΕΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΚΟΡΔΟ & ΑΡΩΜΑ ΔΑΦΝΗΣ | ΟΜΕΛΕΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ, ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ , ΕΝΤΑΜ & ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΣΠΑΓΓΕΤΙ ΜΠΟΛΟΝΕΖ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ | ΧΤΑΠΟΔΑΚΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟΚΟΦΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ ΓΕΜΙΣΤΕΣ ΝΤΟΜΑΤΕΣ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΜΕ ΡΥΖΙ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΣΧΑΡΑΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΔΟΛΕΜΟΝΟ Υ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΘΥΜΑΡΙΟΥ ΧΩΡΙΑΤΙΚΑ ΛΟΥΚΑΝΙΚΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|--|--|--|---|---|---|---|
| | | ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΑΡΩΜΑΤΙΣΜΕ ΝΗ ΜΕ ΚΥΜΙΝΟ & ΡΥΖΙ ΠΛΑΦΙ | | ΦΡΕΣΚΙΑΣ ΝΤΟΜΑΤΑΣ | | ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΥΝΤΖΗΘΡΑ | | ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ |
| | | ΓΑΡΙΔΟΜΑΚΑ ΡΟΝΑΔΑ ΜΕ ΛΙΓΚΟΥΝΙ ΦΡΕΣΚΙΕΣ ΓΑΡΙΔΕΣ ΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ | ΑΦΡΑΤΟ ΣΟΥΦΛΕ ΜΕ ΨΩΜΙ ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ , ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ , ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ | ΠΙΤΣΑ ΣΠΕΣΙΑΛ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ , ΜΟΣΑΡΕΛΛΑ , ΣΑΛΤΣΑ ΒΑΣΙΛΙΚΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ | ΦΙΛΕΤΟ ΨΑΡΙΟΥ ΣΕ ΚΟΥΡΚΟΥΤΙ ΜΠΥΡΑΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΨΗΤΕΣ ΑΡΩΜΑΤΙΣΜΕΝ ΕΣ ΜΕ ΘΥΜΑΡΙ | ΜΟΥΣΑΚΑΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ, ΤΗΓΑΝΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ | ΣΠΑΝΑΚΟΥΡΥΖΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΡΥΖΙ, ΝΤΟΜΑΤΑ, ΠΡΑΣΟ ΚΑΙ ΑΝΗΘΟ | ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΜΑΚΑΡΟΝΑΔΑ ΜΕ ΠΙΕΝΝΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ , ΡΟΔΕΛΑ ΕΛΙΑΣ ΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ |
| | ΣΥΝΟΔΕ ΥΤΙΚΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΜΑΥΡΟΜΑΤΙΚ Α ΦΑΣΟΛΙΑ, ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ ΚΑΙ ΤΟΥΡΣΙ ΣΑΛΑΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΦΕΤΑ ΚΑΙ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ |

| | | | | | | | | |
|--|---------------|---|---|---|---|---|---|--|
| | | ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΑ ΦΛΩΡΙΝΗΣ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΑΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΖΑΜΠΟΝ, ΤΥΡΙ, ΑΥΓΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΚΟΚΤΕΙΛ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΦΑΒΑ ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕ ΝΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝ Ο ΛΑΧΑΝΟ, ΚΑΡΟΤΟ, ΣΤΑΦΙΔΕΣ, ΞΗΡΟΥΣ ΚΑΡΠΟΥΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΚΟΛΙΑΝΔΡΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΡΩΣΙΚΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, ΑΡΑΚΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΑΓΓΟΥΡΑΚΙ ΤΟΥΡΣΙ ΚΑΙ ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤ Α ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕΝ Α ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ , ΑΡΑΚΑ, ΠΙΠΕΡΙΕΣ ,ΚΑΙ ΣΩΣ ΑΠΟ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ | ΠΙΠΕΡΙΑ ΦΛΩΡΙΝΗΣ ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ | ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΤΖΑΤΖΙΚΙ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ |
| | ΕΠΙΔΟΡ ΠΙΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΙ ΤΑ ΜΕ ΣΩΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΡΥΖΟΓΑΛΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΝΕΛΛΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΡΟΔΑΚΙΝΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΧΑΛΒΑΣ ΣΙΜΙΓΔΑΛΕΝΙΟ Σ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΚΑΝΕΛΑΣ ΚΑΙ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΖΕΛΕ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΦΡΑΟΥΛΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΠΑΝΑΚΟΤΑ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑ , ΕΞΑΝΣ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ ΚΑΙ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΑΡΥΔΟΠΙΤΑ ΜΕ ΣΩΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ |

| | | ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | | | ΚΑΡΥΔΙΑ | | ΣΟΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | |
|--------------------|--------------|---|--|--|--|--|--|---|
| <u>3η ΕΒΔΟΜΑΔΑ</u> | | | | | | | | |
| <u>ΓΕΥΜΑ</u> | | | | | | | | |
| | | ΚΥΡΙΑΚΗ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ |
| ΓΕΥΜΑ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠ Α ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΕΛΙΑ, ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΣΕΛΕΡΥ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΣΟΥΠΙΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ , ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑΝ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ | ΚΟΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΡΥΖΙ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΟΜΕΝΗ ΣΑΛΤΣΑ | ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΟΥΠΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ , ΚΑΡΟΤΟ, ΣΕΛΕΡΥ ΚΑΙ ΤΖΙΝΤΖΕΡ | ΧΟΡΤΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΑΓΡΙΑ ΧΟΡΤΑ , ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ |
| | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΚΑΣΕΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΟΥΡΟΥ | ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ΠΑΤΑΤΟΠΙΤΑ ΜΕ ΠΡΑΣΟ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ | ΚΡΕΠΑ ΜΕ ΜΟΥΣ ΤΥΡΙΩΝ ΚΑΙ ΚΑΠΝΙΣΤΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΖΑΜΠΟΝΟΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ , ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΤΥΡΙΑ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΟΥΡΟΥ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΦΛΟΓΕΡΑ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ |
| | | ΑΡΝΑΚΙ ΣΙΓΟΨΗΜΕΝΟ ΣΤΗ ΓΑΣΤΡΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΛΕΜΟΝΑΤΕΣ | ΣΠΑΓΓΕΤΙ ΜΠΟΛΟΝΕΖ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΚΑΡΥ & ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΡΥΖΙ ΜΕ | ΦΑΚΕΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΚΟΡΔΟ & ΑΡΩΜΑ ΔΑΦΝΗΣ | ΧΟΙΡΙΝΗ ΣΠΑΛΑ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝΗ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ | ΦΑΣΟΛΑΔΑ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΗ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΕΛΙΝΟ | ΣΚΑΛΟΠΙΝΙΑ ΑΠΟ ΦΙΛΕΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ ΣΤΗ ΣΧΑΡΑ ΜΕ ΣΟΣ ΓΛΥΚΟΥ |

| | | | | | | | | |
|--|-------------|---|---|--|---|--|--|---|
| | | <p>ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΥΝΤΖΗΘΡΑ</p> <p>ΜΟΥΣΑΚΑΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ, ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ</p> <p>ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΧΟΙΡΙΝΗ ΛΑΙΜΟΥ ΜΕ ΒΕΛΟΥΔΙΝΟ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ</p> | <p>ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΥΝΤΖΗΘΡΑ</p> <p>ΣΟΥΦΛΕ ΖΥΜΑΡΙΚΩΝ ΜΕ ΠΕΝΝΕΣ, ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ, ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ</p> <p>ΑΡΑΚΑΣ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟΣ ΜΕ ΚΑΡΟΤΑ, ΠΑΤΑΤΕΣ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ</p> | <p>ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ</p> <p>ΠΑΤΑΤΕΣ ΩΓΚΡΑΤΕΝ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ, ΜΠΕΙΚΟΝ ΚΑΙ ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ</p> <p>ΧΟΙΡΙΝΗ ΛΕΜΟΝΑΤΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ΚΑΙ ΡΥΖΙ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ</p> | <p>ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΙΜΑΜ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ & ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ</p> <p>ΓΕΜΙΣΤΕΣ ΝΤΟΜΑΤΕΣ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΜΕ ΡΥΖΙ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ</p> | <p>ΛΕΜΟΝΑΤΕΣ</p> <p>ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΜΠΡΟΚΟΛΟ, ΜΠΕΙΚΙΟΝ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ</p> <p>ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ</p> | <p>ΓΑΛΕΟΣ ΤΗΓΑΝΗΤΟΣ ΜΕ ΚΟΥΡΚΟΥΤΙ ΜΠΥΡΑΣ, ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΑ ΨΗΤΗ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ</p> <p>ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΓΙΑΧΝΙ</p> | <p>ΚΡΑΣΙΟΥ ΚΑΙ ΒΕΛΟΥΔΙΝΟ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ</p> <p>ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΑΓΛΙΟ Ε ΟΛΙΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΣΚΟΡΔΟΥ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ</p> <p>ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ</p> |
| | ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ | <p>ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ</p> | <p>ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ,</p> | <p>ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΜΑΡΟΥΛΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ</p> | <p>ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ,</p> | <p>ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΠΑΤΖΑΡΙΑ, ΚΑΡΥΔΙΑ ΚΑΙ</p> | <p>ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΚΡΗΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΑΓΓΟΥΡΙ, ΜΑΡΟΥΛΙ,</p> | <p>ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ</p> |

| | | | | | | |
|---|--|--|---|--|---|---|
| ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜ ΑΤΙΝΙΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ, ΠΙΠΕΡΙΕΣ, ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ | ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜΑΤΙ ΝΙΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΖΑΜΠΟΝ, ΤΥΡΙ, ΑΥΓΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΚΟΚΤΕΙΛ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΑΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜΑ ΤΙΝΙΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΑΓΓΟΥΡΙ, ΠΙΠΕΡΙΕΣ, ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | ΑΓΓΟΥΡΙ, ΠΙΠΕΡΙΕΣ, ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΡΩΣΙΚΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, ΑΡΑΚΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΑΓΓΟΥΤΡΑΚΙ ΤΟΥΡΣΙ ΚΑΙ ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΑΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ, ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΣΩΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙΟΥ ΣΑΛΑΤΑ ΤΖΑΤΖΙΚΙ ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤ Α ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕΝ Α ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ, ΑΡΑΚΑ, ΠΙΠΕΡΙΕΣ,ΚΑΙ ΣΩΣ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ | ΝΤΑΚΟ, ΚΑΠΑΡΗ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΑ ΦΛΩΡΙΝΗΣ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΑΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ, ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ, ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΡΩΣΙΚΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, ΑΡΑΚΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΑΓΓΟΥΤΡΑΚΙ ΤΟΥΡΣΙ ΚΑΙ ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ |
|---|--|--|---|--|---|---|

| | | | | | | | | |
|-------------------------------------|----------------|--|--|--|--|---|---|--|
| | ΕΠΙΔΟΡ ΠΙΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΙ ΤΑ ΜΕ ΣΩΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΡΕΜΑ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΑΓΕΛΑΔΙΝΟ ΜΕ ΘΥΜΑΡΙΣΙΟ ΜΕΛΙ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΣΙΡΟΠΙΑΣΜΕΝΟ ΡΑΒΑΝΙ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΜΑΣΤΙΧΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΙΤΑ ΜΕ ΣΩΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΠΑΝΑΚΟΤΑ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑ , ΕΣΑΝΣ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ ΚΑΙ ΣΟΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΖΕΛΕ ΜΕ ΓΕΥΣΗ ΚΕΡΑΣΙ |
| <u>3η ΕΒΔΟΜΑΔΑ</u> <u>ΔΕΙΠΝΟ</u> | | | | | | | | |
| | | ΚΥΡΙΑΚΗ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ |
| ΔΕΙΠΝΟ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΚΟΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΡΥΖΙ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΟΜΕΝ Η ΣΑΛΤΣΑ ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ ή ΚΡΕΠΑ ΜΕ ΜΟΥΣ ΤΥΡΙΩΝ ΚΑΙ ΚΑΠΝΙΣΤΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ | ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΕΛΙΑ, ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΣΕΛΕΡΥ ή ΚΑΣΕΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΟΥΡΟΥ | ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ ή ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ΣΟΥΠΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ , ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ή ΠΑΤΑΤΟΠΙΤΑ ΜΕ ΠΡΑΣΟ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ ή ΚΡΕΠΑ ΜΕ ΜΟΥΣ ΤΥΡΙΩΝ ΚΑΙ ΚΑΠΝΙΣΤΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ | ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ ή ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΠΡΑΣΟ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|---|--|---|---|---|---|--|
| | | ΦΑΡΦΑΛΕΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΠΕΣΤΟ, ΚΟΥΚΟΥΝΑΡΙ ΚΑΙ ΤΡΙΜΜΕΝΗ ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ | ΟΜΕΛΕΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ, ΝΤΟΜΑΤΑ, ΠΟΛΥΧ ΠΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ & ΕΛΙΑ | ΜΠΑΚΑΛΙΑΡΟΣ ΑΛΛΑ ΣΠΕΤΣΙΩΤΑ ΜΕ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ | ΜΠΡΙΑΜ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΝΤΟΜΑΤΑ | ΣΟΥΦΛΕ ΜΕ ΠΕΝΝΕΣ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ, ΤΥΡΙΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ | ΜΑΥΡΟΜΑΤΙΚΑ ΦΑΣΟΛΙΑ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ, ΤΟΜΑΤΑ, ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ | ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΜΠΡΟΚΟΛΟ, ΜΠΕΙΚΙΟΝ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ |
| | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΣΠΕΝΤΖΟΦΑΙ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΑ ΛΟΥΚΝΙΚΑ ΚΑΙ ΛΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΚΑΙ ΡΥΖΙ ΠΙΛΑΦΙΑ | ΠΙΤΣΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΚΡΕΜΜΥΔΙ, ΤΥΡΙ, ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΚΑΙ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ | ΓΙΟΥΒΕΡΛΑΚΙΑ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΥΤΟΛΕΜΟΝΟ | ΡΕΒΥΘΙΑ ΛΕΜΟΝΑΤΑ | ΣΟΥΝΤΖΟΥΚΑΚΙ Α ΣΜΥΡΝΕΙΚΑ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΑΡΩΜΑΤΙΣΜΕΝ Η ΜΕ ΚΥΜΙΝΟ & ΡΥΖΙ ΠΙΛΑΦΙ | ΜΠΡΙΑΜ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ ΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ | ΣΟΥΝΤΖΟΥΚΑ ΚΙΑ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΑΡΩΜΑΤΙΣΜΕ ΝΗ ΜΕ ΚΥΜΙΝΟ & ΡΥΖΙ ΠΙΛΑΦΙ |
| | | ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ΚΑΙ ΨΗΤΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ ΜΕ | ΠΕΝΝΕΣ ΚΑΡΜΠΟΝΑΡΑ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ, ΜΠΕΙΚΟΝ & ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ | ΠΑΤΑΤΕΣ ΟΓΚΡΑΤΕΝ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ, ΜΠΕΙΚΟΝ & ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ | ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΜΑΚΑΡΟΝΑΔΑ ΜΕ ΠΕΝΝΕΣ, ΚΑΠΑΡΗ, ΡΟΔΕΛΑ ΕΛΙΑΣ ΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ | ΠΙΤΣΑ ΣΠΕΣΙΑΛ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ, ΜΟΤΣΑΡΕΛΛΑ, ΣΑΛΤΣΑ ΒΑΣΙΛΙΚΟΥ ΚΑΙ | ΛΑΖΑΝΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΦΡΕΣΚΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΟΥ | ΚΟΤΟΜΠΟΥΚΙΕ Σ ΠΙΑΝΕ ΜΕ ΠΑΤΑΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ ΛΕΜΟΝΑΤΕΣ |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|---|--|--|--|--|---|---|
| | | ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ | | | ΝΤΟΜΑΤΑΣ | ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ | | |
| | ΣΥΝΟΔΕ ΥΤΙΚΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜ ΑΤΙΝΙΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜΑΤΙ ΝΙΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΑΖ ΜΕ ΔΑΣΟΛΑΚΙΑ ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ, ΑΝΗΘΟ,ΝΤΟΜΑ ΤΙΝΙΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΑΖ ΜΕ ΔΑΣΟΛΑΚΙΑ ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΠΑΤΖΑΡΙΑ, ΚΑΡΥΔΙΑ ΚΑΙ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΣΑΛΑΤΑ ΤΖΑΤΖΙΚΙ ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤ Α ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕΝ Α ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ , ΑΡΑΚΑ, ΠΙΠΕΡΙΕΣ ,ΚΑΙ ΣΟΣ ΑΠΟ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΚΡΗΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΑΓΓΟΥΡΙ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΝΤΑΚΟ, ΚΑΠΑΡΗ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΑΖ ΜΕ ΔΑΣΟΛΑΚΙΑ ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , |

| | | | | | | | | |
|------------------------------------|----------------|---|--|---|---|--|---|---|
| | | ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ | | ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | | | ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ |
| | ΕΠΙΔΟΡ ΠΙΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΜΙΛ-ΦΕΙΓ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΡΑΒΑΝΙ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΟΜΠΟΣΤΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΧΑΛΒΑΣ ΣΙΜΙΓΔΑΛΕΝΙΟ Σ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΖΕΛΕ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΣΟΚΟΛΑΠΟΠΙΤΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΖΕΛΕ |
| <u>4η ΕΒΔΟΜΑΔΑ</u> <u>ΓΕΥΜΑ</u> | | | | | | | | |
| | | ΚΥΡΙΑΚΗ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ |
| ΓΕΥΜΑ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΚΟΤΟΣΟΥΠΑ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΡΥΖΙ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΟΜΕΝ Η ΣΑΛΤΣΑ ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ | ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΟΥΠΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ , ΚΑΡΟΤΟ, ΣΕΛΕΡΥ ΚΑΙ ΤΖΙΝΤΖΕΡ ή ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ ΜΕ ΑΦΡΑΤΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ | ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ ή ΖΑΜΠΟΝΟΤΥΡ ΟΠΙΤΑ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ | ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΟΥΠΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ , ΚΑΡΟΤΟ, ΣΕΛΕΡΥ ΚΑΙ ΤΖΙΝΤΖΕΡ ή ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , | ΣΟΥΠΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ , ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ | ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ ΜΕ ΑΦΡΑΤΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΖΥΜΑΡΙ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΡΙΓΑΝΗ ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΦΛΟΓΕΡΑ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ | ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠ Α ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΕΛΙΑ, ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΣΕΛΕΡΥ ή ΣΠΑΝΑΚΟΠΙ ΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|--|--|--|---|---|---|--|
| | | ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΖΥΜΑΡΙ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΡΙΓΑΝΗ | ΧΟΙΡΙΝΟ , ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΤΥΡΙΑ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΟΥΡΟΥ | ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ | ΚΡΟΥΣΤΑ , ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΣΟΥΣΑΜΙ | ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ |
| | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΜΟΣΧΑΡ ΣΤΡΟΓΚΑΝΩΦ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΚΑΙ ΠΟΥΡΕ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΣΟΥΦΛΕ ΖΥΜΑΡΙΚΩΝ ΜΕ ΠΕΝΝΕΣ , ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ, ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ ΧΟΙΡΙΝΕΣ | ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ ΠΑΤΑΤΕΣ ΟΓΚΡΑΤΕΝ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ, ΜΠΕΙΚΟΝ ΚΑΙ ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΚΑΡΥ & ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΡΥΖΙ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΠΑΤΑΤΕΣ ΩΓΚΡΑΤΕΝ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ , ΜΠΕΙΚΟΝ ΚΑΙ ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ ΧΟΙΡΙΝΗ | ΡΕΒΥΘΙΑ ΛΕΜΟΝΑΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΡΙΓΑΝΗ ΨΑΡΙ ΠΛΑΚΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΚΡΕΜΜΥΔΙ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ ΚΑΙ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ | ΓΥΡΟΣ ΧΟΙΡΙΝΟΣ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΕΣ ΠΙΤΟΥΛΕΣ, ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ, ΤΖΑΤΖΙΚΙ, ΤΟΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΨΗΤΕΣ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΚΟΥΡΚΟΥΤΙ ΜΕ ΓΛΥΚΟΕΙΝΗ ΣΩΣ ΚΑΙ ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΡΥΖΙ ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ | ΛΑΧΑΝΟΥΡΥΖΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ΠΕΡΚΑ ΣΧΑΡΑΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΠΟ ΑΡΩΜΑ ΛΕΜΟΝΙΟΥ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΡΑΚΑΣ | ΡΟΛΟ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΠΟΥΡΕ ΦΡΕΣΚΙΑΣ ΠΑΤΑΤΑΣ ΧΩΡΙΑΤΙΚΑ ΛΟΥΚΑΝΙΚΑ ΣΧΑΡΑΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΛΥΩΝΑΙΖ ΚΑΙ ΣΟΣ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ ΣΝΙΤΣΕΛ |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|---|---|--|--|--|--|--|
| | | ΜΠΟΥΚΙΕΣ ΜΕ ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΑΛΤΣΑ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ ΚΑΙ ΡΥΖΟΤΟ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | ΙΜΑΜ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΤΟΜΑΤΑ, ΚΡΕΜΜΥΔΙ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΣΠΑΛΛΑ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝ Η ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ ΛΕΜΟΝΑΤΕΣ | ΝΤΟΜΑΤΑ , ΚΡΕΜΜΙΔΙ , ΠΑΤΑΤΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΜΠΡΟΚΟΛΟ , ΜΠΕΙΚΙΟΝ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ | ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟΣ ΜΕ ΚΑΡΟΤΑ , ΠΑΤΑΤΕΣ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΡΥΖΟΤΟ ΑΓΡΙΩΝ ΜΑΝΙΤΑΡΙΩΝ ΚΑΙ ΣΑΦΡΑΝ |
| | ΣΥΝΟΔΕ ΥΤΙΚΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΖΑΜΠΟΝ, ΤΥΡΙ, ΑΥΓΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΡΩΣΙΚΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, ΑΡΑΚΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΑΓΓΟΥΡΑΚΙ ΤΟΥΡΣΙ ΚΑΙ ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ ΣΑΛΑΤΑ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΑ ΦΛΩΡΙΝΗΣ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΤΖΑΤΖΙΚΙ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΖΑΜΠΟΝ, ΤΥΡΙ, ΑΥΓΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΚΟΚΤΕΙΛ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΜΑΡΟΥΛΙ ,ΑΝΘΟΤΥΡΟ, ΠΑΞΙΜΑΔΙ ΚΑΙ ΕΛΙΕΣ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΡΥΖΙ, ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΚΑΙ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ |

| | | | | | | | | |
|-----------------------|----------------|--|---|---|---|--|---|--|
| 4η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΔΕΙΠΝΟ | | ΚΑΙ ΣΩΣ ΚΟΚΤΕΙΛ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ | ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔ ΦΑΒΑ ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕ ΝΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ | ΜΕΛΙΤΖΑΝΟΣΑ ΛΑΤΑ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΗ ΜΕΛΙΤΖΑΝΑ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΠΙΠΕΡΙΑ, ΣΚΟΡΔΟ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟΝ | ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΚΑΙ ΣΩΣ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕ ΝΟ ΛΑΧΑΝΟ, ΚΑΡΟΤΟ, ΣΤΑΦΙΔΕΣ, ΞΗΡΟΥΣ ΚΑΡΠΟΥΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΚΟΛΙΑΝΔΡΟ |
| | ΕΠΙΔΟΡ ΠΙΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΡΕΜΑ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΜΙΛ- ΦΕΙΓ ΑΠΟ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΣΦΟΛΙΑΤΑΣ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΠΑΤΙΣΕΡΙ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΑΓΕΛΑΔΙΝΟ ΜΕ ΘΥΜΑΡΙΣΙΟ ΜΕΛΙ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΡΥΖΟΓΑΛΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΝΕΛΛΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΡΟΔΑΚΙΝΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΡΕΜΑ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΣΙΡΟΠΙΑΣΜΕΝ Ο ΡΑΒΑΝΙ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΜΑΣΤΙΧΑΣ |
| | | ΚΥΡΙΑΚΗ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ |
| ΔΕΙΠΝΟ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΚΡΕΠΑ ΜΕ ΜΟΥΣ ΤΥΡΙΩΝ ΚΑΙ | ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ ΜΕ ΑΦΡΑΤΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ | ΚΟΤΟΣΟΥΠΑ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ, | ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ | ΒΕΛΟΥΤΕ ΣΟΥΠΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ | ΣΟΥΠΑ ΤΟΥ ΣΕΦ | ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|---|--|---|---|---|---|--|
| | | ΚΑΠΝΙΣΤΑ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΚΑΙ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ή ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ΖΥΜΑΡΙ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΡΙΓΑΝΗ ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΦΛΟΓΕΡΑ ΣΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΡΥΖΙ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΟΜΕΝΗ ΣΑΛΤΣΑ ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΦΥΛΛΟ ΚΡΟΥΣΤΑ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΟΥΣΑΜΙ | ΕΛΙΑ, ΚΑΡΟΤΟ ΚΑΙ ΣΕΛΕΡΥ ή ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ΠΑΤΑΤΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΣΕΛΕΡΥ ΚΑΙ ΤΖΙΝΤΖΕΡ ή ΤΡΑΓΑΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ | ή ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΠΡΑΣΟ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ ΛΑΔΙΟΥ | ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΤΣΕΝΤΑΡ ή ΣΟΥΠΙΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ, ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ |
| | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΟΜΕΛΕΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΠΟ ΛΥΧΠΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ & ΕΛΙΑ ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΜΠΡΟΚΟΛΟ, | ΓΕΜΙΣΤΕΣ ΝΤΟΜΑΤΕΣ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΜΕ ΡΥΖΙ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ΠΕΝΝΕΣ ΑΡΑΜΠΙΑΤΑ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΕΣ | ΡΟΛΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΛΕΜΟΝΑΤΕΣ ΡΙΖΟΤΟ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΩΝ | ΜΕΛΙΤΖΑΝΑ ΠΑΠΟΥΤΣΑΚΙ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΚΑΙ ΜΠΕΣΑΜΕΛ ΦΑΚΕΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΚΟΡΔΟ & | ΠΑΤΑΤΕΣ ΩΓΚΡΑΤΕΝ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ, ΜΠΕΙΚΟΝ ΚΑΙ ΚΙΤΡΙΝΑ ΤΥΡΙΑ ΣΠΑΓΓΕΤΙ ΜΠΟΛΟΝΕΖ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ | ΧΤΑΠΟΔΑΚΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟΚΟΦ ΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ ΓΕΜΙΣΤΕΣ ΝΤΟΜΑΤΕΣ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΜΕ ΡΥΖΙ | ΣΟΛΟΜΟΣ ΣΧΑΡΑΣ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝΟ Σ ΣΕ ΜΑΡΑΘΟ, ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΜΕ ΣΩΣ ΛΕΜΟΝΙΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ ΠΕΝΝΕΣ ΑΡΑΜΠΙΑΤΑ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΕΣ |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|---|--|--|---|---|---|---|
| | | ΜΠΕΙΚΙΟΝ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ | ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ , ΣΚΟΡΔΟ ΚΑΙ ΤΡΙΜΜΕΝΗ ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ | & ΤΡΙΜΜΕΝΗ ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ | ΑΡΩΜΑ ΔΑΦΝΗΣ | ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΥΝΤΖΗΘΡΑ | & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ , ΣΚΟΡΔΟ ΚΑΙ ΤΡΙΜΜΕΝΗ ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ |
| | | ΜΟΥΣΑΚΑΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ, ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ | ΓΑΛΕΟΣ ΤΗΓΑΝΗΤΟΣ ΜΕ ΚΟΥΡΚΟΥΤΙ ΜΠΥΡΑΣ , ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΑ ΨΗΤΗ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ | ΠΙΤΣΑ ΣΠΕΣΙΑΛ ΤΥΡΙ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΠΙΠΕΡΙΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | ΦΙΛΕΤΟ ΒΑΡΙΟΥ ΣΕ ΚΟΥΡΚΟΥΤΙ ΜΠΥΡΑΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΨΗΤΕΣ ΑΡΩΜΑΤΙΣΜΕΝ ΕΣ ΜΕ ΘΥΜΑΡΙ | ΜΟΥΣΑΚΑΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ, ΤΗΓΑΝΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ & ΜΠΕΣΑΜΕΛ | ΣΠΑΝΑΚΟΥΡΥΖΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ , ΡΥΖΙ, ΝΤΟΜΑΤΑ, ΠΡΑΣΟ ΚΑΙ ΑΝΗΘΟ | ΠΙΤΣΑ ΣΠΕΣΙΑΛ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ , ΜΟΤΣΑΡΕΛΛΑ , ΣΑΛΤΣΑ ΒΑΣΙΛΙΚΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ |
| | ΣΥΝΟΔΕ ΥΤΙΚΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΜΑΥΡΟΜΑΤΙΚ Α ΦΑΣΟΛΙΑ, ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΑΚΙ ΚΑΙ ΤΟΥΡΣΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ | ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΑΣΠΡΟ ,ΜΑΡΟΥΛΙ, ΚΑΡΟΤΟ , ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΣΑΛΑΤΑ ΤΖΑΤΖΙΚΙ |

| | | | | | | | | |
|--|---------------|--|--|---|---|---|--|--|
| | | ΝΤΟΜΑΤΑ , ΑΓΓΟΥΡΙ , ΠΙΠΕΡΙΕΣ , ΚΑΠΑΡΗ ΕΛΙΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ | ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΑ ΦΛΩΡΙΝΗΣ ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΣΟΥΖ ΜΕ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΤΟΝΟ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΣΕΦ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΜΑΡΟΥΛΙ, ΖΑΜΠΟΝ, ΤΥΡΙ, ΑΥΓΟ ΚΑΙ ΣΩΣ ΚΟΚΤΕΙΛ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ | ΣΩΣ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΦΑΒΑ ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕ ΝΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝ Ο ΛΑΧΑΝΟ, ΚΑΡΟΤΟ, ΣΤΑΦΙΔΕΣ, ΞΗΡΟΥΣ ΚΑΡΠΟΥΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΚΟΛΙΑΝΔΡΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΡΩΣΙΚΗ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ, ΑΡΑΚΑ, ΚΑΡΟΤΟ, ΑΓΓΟΥΡΑΚΙ ΤΟΥΡΣΙ ΚΑΙ ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤ Α ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕΝ Α ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ , ΑΡΑΚΑ, ΠΙΠΕΡΙΕΣ ,ΚΑΙ ΣΩΣ ΑΠΟ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ | ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΑ ΦΛΩΡΙΝΗΣ ΣΑΛΑΤΑ ΤΑΜΠΟΥΛΕ ΜΕ ΠΛΙΓΟΥΡΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΦΡΕΣΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ | ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΤΡΙΦΤΟ ΖΥΜΑΡΙΚΟ ΠΟΛΥΧΡΩΜΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΣΩΣ |
| | ΕΠΙΔΟΡ ΠΙΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΙ ΤΑ ΜΕ ΣΩΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΡΥΖΟΓΑΛΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΝΕΛΛΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΡΟΔΑΚΙΝΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΧΑΛΒΑΣ ΣΙΜΙΓΔΑΛΕΝΙΟ Σ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΚΑΝΕΛΑΣ ΚΑΙ ΚΑΡΥΔΙΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΖΕΛΕ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΦΡΑΟΥΛΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΠΑΝΑΚΟΤΑ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΑΝΙΛΙΑ , ΕΣΑΝΣ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ ΚΑΙ ΣΟΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ΚΑΡΥΔΟΠΙΤΑ ΜΕ ΣΩΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ |

**Θα παρέχεται σε καθημερινή βάση άφθονη ποσότητα άρτου τύπου 70 %, σικάλεως & χωριάτικο.

** Οι πρόσθετες παροχές επισημαίνονται με μπλε χρώμα

ΒΑΣΙΚΟ ΕΛΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΠΡΩΙΝΟΥ – ΒΕΛΤΙΩΣΕΙΣ ΕΛΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ1η Εβδομάδα

| | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|--------|---|--|---|--|---|--|--|
| ΠΡΩΙΝΟ | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ</p> <p>ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ</p> <p>ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ</p> <p>ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ</p> <p>ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ</p> <p>ΒΕΡΙΚΟΚΟ - ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΑΥΓΟ, ΦΡΕΣΚΑ</p> <p>ΦΡΟΥΤΑ,ΚΡΟΥΑ</p> <p>ΣΑΝ ΒΟΥΤΥΡΟΥ,</p> <p>ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ,</p> <p>ΚΕΪΚ</p> <p>ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ</p> <p>ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ</p> <p>ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ,</p> <p>ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ</p> <p>ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ</p> <p>ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ</p> <p>ΦΡΟΥΤΑ,ΦΕΤΕΣ</p> <p>ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΦΕΤΕΣ</p> <p>ΖΑΜΠΟΝ</p> <p>ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ- ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ</p> <p>ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ,</p> <p>ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ,</p> <p>ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ</p> <p>ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ</p> <p>,</p> <p>ΦΡΕΣΚΑ</p> <p>ΦΡΟΥΤΑ,</p> <p>ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ,</p> <p>ΚΕΪΚ ΛΑΔΙΟΥ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ</p> <p>ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ,</p> <p>ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ,</p> <p>ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ</p> <p>ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΑΥΓΟ, ΦΡΕΣΚΑ</p> <p>ΦΡΟΥΤΑ,ΚΡΟΥΑ</p> <p>ΣΑΝ ΒΟΥΤΥΡΟΥ</p> <p>& ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ,</p> <p>ΚΕΪΚ</p> <p>ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ</p> <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ</p> <p>ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ,</p> <p>ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ,</p> <p>ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ</p> <p>ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ</p> <p>ΦΡΕΣΚΑ</p> <p>,</p> <p>ΦΡΕΣΚΑ</p> <p>ΦΡΟΥΤΑ,ΔΗΜΗΤ</p> <p>ΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ</p> <p>ΒΑΝΙΛΙΑΣ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ,</p> <p>ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ,</p> <p>ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ,</p> <p>ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ</p> <p>ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ</p> <p>ΦΡΕΣΚΑ</p> <p>ΦΡΟΥΤΑ,ΦΕΤΕΣ</p> <p>ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ,</p> <p>ΦΕΤΕΣ ΖΑΜΠΟΝ</p> <p>ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ - ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ,</p> <p>ΚΕΪΚ</p> <p>ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ</p> <p>,ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ,</p> <p>ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ,</p> <p>ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ</p> <p>ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ</p> <p>,</p> <p>ΦΡΕΣΚΑ</p> <p>ΦΡΟΥΤΑ,ΜΠΟΥΓ</p> <p>ΑΤΣΑ,</p> <p>ΤΥΡΟΠΙΤΑΚΙΑ,</p> <p>ΚΕΪΚ</p> <p>ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ</p> |

2η Εβδομάδα

| | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|--------|---|---|---|---|--|--|---|
| ΠΡΩΙΝΟ | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΛΑΔΙΟΥ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ - ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΑΥΓΟ, ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΚΡΟΥΑΣΑ Ν ΒΟΥΤΥΡΟΥ, ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ, ΚΕΪΚ ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ ,ΑΥΓΟ, ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΦΡΟΥΤΑ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΒΑΝΙΛΙΑΣ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΦΕΤΕΣ ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΦΕΤΕΣ ΖΑΜΠΟΝ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ-ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΔΗΜΗΤ ΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΜΠΟΥΓΑΤΣΑ, ΤΥΡΟΠΙΤΑΚΙΑ, ΚΕΪΚ ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΑΥΓΟ, ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΦΕΤΕΣ ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΦΕΤΕΣ ΖΑΜΠΟΝ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ - ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ, ΚΕΪΚ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ</p> |

3η Εβδομάδα

| | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|--------|--|---|--|--|---|--|---|
| ΠΡΩΙΝΟ | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ - ΚΑΦΕΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ , ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΛΑΔΙΟΥ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ ,ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΦΕΤΕΣ ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΦΕΤΕΣ ΖΑΜΠΟΝ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ-ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΒΑΝΙΛΙΑΣ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΦΕΤΕΣ ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΦΕΤΕΣ ΖΑΜΠΟΝ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ-ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΦΕΤΕΣ ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΦΕΤΕΣ ΖΑΜΠΟΝ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ - ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ, ΚΕΪΚ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΦΕΤΕΣ ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΦΕΤΕΣ ΖΑΜΠΟΝ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ - ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ, ΚΕΪΚ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟ</p> | <p>ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ - ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΚΡΟΥΑΣΑΝ ΒΟΥΤΥΡΟΥ, ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ, ΚΕΪΚ ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ</p> |

4η Εβδομάδα

| | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|--------|---|--|--|--|--|---|---|
| ΠΡΩΙΝΟ | ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ - ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΚΡΟΥΑ ΣΑΝ ΒΟΥΤΥΡΟΥ, ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ, ΚΕΪΚ ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ | ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ, ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΦΕΤΕΣ ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΦΕΤΕΣ ΖΑΜΠΟΝ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ- ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ | ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΑΥΓΟ, ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΛΑΔΙΟΥ | ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΑΥΓΟ, ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΔΗΜΗΤ ΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΒΑΝΙΛΙΑΣ, ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ | ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΦΕΤΕΣ ΤΟΣΤ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΦΕΤΕΣ ΖΑΜΠΟΝ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ - ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ, ΚΕΪΚ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟ | ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΔΗΜΗΤ ΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΒΑΝΙΛΙΑΣ & ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ | ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ-ΚΑΦΕΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ - ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,ΑΥΓΟ , ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ,ΚΡΟΥΑ ΣΑΝ ΒΟΥΤΥΡΟΥ, ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ, ΚΕΪΚ ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ |

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: * Ο καφές θα είναι φίλτρου ή στιγμιαίος (μερίδες) αναγνωρισμένης βιομηχανίας

** Το γάλα του πρωινού θα είναι πλήρες μακράς διάρκειας ή εβαπορέ αναγνωρισμένης βιομηχανίας

*** Οι πρόσθετες παροχές επισημαίνονται με μπλε χρώμα

ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΝΟΥ ΑΣΘΕΝΩΝ

1η Εβδομάδα

| | | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|--------------|---|--|---|---|--|---|--|--|
| | ΠΡΩΙΝΟ | 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΛΑ ΜΕ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ + 2 ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ + ΤΣΑΙ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΤΥΡΙ ΑΠΑΧΟ + ΤΣΑΙ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΤΥΡΙ ΑΠΑΧΟ + ΤΣΑΙ | 2 ΦΕΤΕΣ ΤΥΡΙ ΧΑΜΗΛΟ ΣΕ ΛΙΠΑΡΑ + 2 ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ ΟΛΙΚΗΣ + ΤΣΑΙ | 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΛΑ ΜΕ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ + 2 ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ + ΤΣΑΙ | 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ ΣΙΚΑΛΕΩΣ+ 1 Κ.Σ. ΜΕΛΙ + 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΛΑ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ + ΤΣΑΙ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΤΥΡΙ + ΤΣΑΙ |
| ΓΕΥΜΑ | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ή ΒΡΑΣΤΟ ΜΕ 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ή ΡΥΖΙ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΚΟΛΟΚΥΘΙ - ΚΑΡΟΤΟ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΜΕ 2% ΛΙΠΑΡΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΨΑΡΙ ΨΗΤΟ ή ΒΡΑΣΤΟ ΜΕ 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 2 ΦΛΙΤΖΑΝΙΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΚΡΕΑΣ ΑΠΑΧΟ + 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ή ΡΥΖΙ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΖΕΛΕ | 1 ΜΠΙΦΤΕΚΙ 150 γρ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΚΙΜΑ ΑΠΑΧΟ ΜΕ 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΡΥΖΙ + 2 ΦΛΥΤΖΑΝΙΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΖΕΛΕ | 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΟΣΠΡΙΑ + 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ + 2 ΦΛΥΤΖΑΝΙΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 40 γρ ΤΥΡΙ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ή ΒΡΑΣΤΟ + 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΠΟΥΡΕΣ ΠΑΤΑΤΑΣ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΚΟΛΟΚΥΘΙ - ΚΑΡΟΤΟ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΖΕΛΕ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΚΡΕΑΣ ΑΠΑΧΟ + 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ή ΡΥΖΙ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ΜΕ () ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΖΕΛΕ |

| | | | | | | | | |
|--------|--|---|---|---|--|---|---|--|
| ΔΕΙΠΝΟ | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΑΣ ΑΠΑΧΟ ΜΕ 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ή ΡΥΖΙ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΖΕΛΕ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΣΧΑΡΑΣ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΜΕ 2% ΛΙΠΑΡΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΣΧΑΡΑΣ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ 120 γρ ΜΕ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΜΕ 2% ΛΙΠΑΡΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΑΠΑΧΟ ΜΟΣΧΑΡΙ ΒΡΑΣΤΟ ΜΕ 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ + 1 ΦΕΤΑ ΤΥΡΙ ΧΑΜΗΛΟ ΣΕ ΛΙΠΑΡΑ + 1 ΦΕΤΑ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΒΡΑΣΤΗ + 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΣΧΑΡΑΣ + 1 ΦΕΤ ΨΩΜΙ + ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ |
| | | | | | | | | |

2^ηΕβδομάδα

| | | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|--|--------|--|--|--|--|--|--|--|
| | ΠΡΩΙΝΟ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΤΥΡΙ + ΤΣΑΙ | 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ ΣΙΚΑΛΕΩΣ + 1 Κ.Σ. ΜΕΛΙ + 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ + ΤΣΑΙ | 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ ΜΕ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ + 2 ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ + ΤΣΑΙ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΤΥΡΙ + ΤΣΑΙ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΤΥΡΙ + ΤΣΑΙ | 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ ΜΕ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ + 2 ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ + ΤΣΑΙ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΤΥΡΙ + ΤΣΑΙ |

| | | | | | | | | |
|--------|--|---|--|---|--|--|---|--|
| ΓΕΥΜΑ | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΨΑΡΙ ΨΗΤΟ ή ΒΡΑΣΤΟ ΜΕ 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 2 ΦΛΙΤΖΑΝΙΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ή ΒΡΑΣΤΟ + 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΠΟΥΡΕΣ ΠΑΤΑΤΑΣ +1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΚΟΛΟΚΥΘΙ - ΚΑΡΟΤΟ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΖΕΛΕ | 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΟΣΠΡΙΑ + 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ + 2 ΦΛΥΤΖΑΝΙΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 40 γρ ΤΥΡΙ +1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΜΕ 2% ΛΙΠΑΡΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΚΡΕΑΣ ΑΠΑΧΟ +1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ή ΡΥΖΙ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΖΕΛΕ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΚΡΕΑΣ ΑΠΑΧΟ +1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ή ΡΥΖΙ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ 2 Κ.Σ ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ + 1 Κ.Σ ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΕΝΟ ΑΠΑΧΟ +1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ + 1 ΖΕΛΕ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΚΡΕΑΣ ΑΠΑΧΟ +1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ή ΡΥΖΙ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ΜΕ (4) ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΜΕ 2% ΛΙΠΑΡΑ |
| ΔΕΙΠΝΟ | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΣΧΑΡΑΣ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 ΖΕΛΕ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ 2 ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ + 1 ΦΕΤΑ ΤΥΡΙ ΧΑΜΗΛΟ ΣΕ ΛΙΠΑΡΑ + 1 ΦΕΤΑ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΒΡΑΣΤΗ + 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΣΑΛΑΤΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΜΟΣΧΑΡΙ ΒΡΑΣΤΟ ΜΕ 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΣΧΑΡΑΣ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΨΑΡΙ ΒΡΑΣΤΟ ΜΕ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΜΕ 2% ΛΙΠΑΡΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ 90γρ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ή ΒΡΑΣΤΟ ΜΕ 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ή ΡΥΖΙ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + 1 ΣΑΛΑΤΑ ΚΟΛΟΚΥΘΙ - ΚΑΡΟΤΟ ΜΕ (4) | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΣΧΑΡΑΣ + 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ + ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ + 1 |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--------------------------|--|---|------|
| | | ΕΠΟΧΗΣ ΜΕ 4 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ +1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΜΕ 2% ΛΙΠΑΡΑ | | ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΜΕ 2% ΛΙΠΑΡΑ | | ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ +1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΜΕ 2% ΛΙΠΑΡΑ | ΖΕΛΕ |
|--|--|--|--|--------------------------|--|---|------|

ΕΙΔΙΚΟ
ΜΕΝΟΥ
ΔΙΑΙΤΗΣ

1η Εβδομάδα

| | | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|-------|--------------|---|---|--|---|---|--|--|
| | ΠΡΩΙΝΟ | 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ ΜΕ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ ,4 Κ.Σ. ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ ΜΕ ΑΠΟΞΗΡΑΜΕΝΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΚΑΦΕΣ | 1 ΚΟΥΛΟΥΡΙ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ, 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΑΠΑΧΟ ΚΑΦΕΣ | 1 ΑΥΓΟ ΠΟΣΕ 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ ΠΟΛΥΣΠΟΡΟ 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ , ΚΑΦΕΣ | 1 ΠΟΤΗΡΙ ΧΥΜΟ 1 ΡΥΖΟΓΚΟΦΡΕΤΑ 1 ΦΡΥΓΑΝΙΑ ΜΕ ΜΕΛΙ , ΚΑΦΕΣ | 1 ΜΠΑΡΑ ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΩΝ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΑΠΟΞ.ΦΡΟΥΤΑ 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ ΚΑΦΕΣ | 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ ΣΙΚΑΛΕΩΣ 1 Κ.Σ.ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ Ή ΜΕΛΙ 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ ΚΑΦΕΣ | 1 ΡΥΖΟΓΚΟΦΡΕΤ. 1Κ.Γ. ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ ΚΑΦΕΣ |
| ΓΕΥΜΑ | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΑΚΕΣ ΜΕ ΩΜΟ ΛΑΔΙ ΦΡΕΣΚΟ ΣΚΟΡΔΟ & ΑΡΩΜΑ ΔΑΦΝΗΣ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ STICKS ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΗ ΦΑΣΟΛΑΔΑ ΜΕ ΩΜΟ ΛΑΔΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ & | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΨΑΡΟΝΕΦΡΙ ΨΗΤΟ & 1 ΦΙΛΤΖΑΝΙ STICKS | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΑΡΑΚΑΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΚΑΡΟΤΑ & ΦΡΕΣΚΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΒΑΚΑΛΑΟΣ ΨΗΤΟΣ ΜΕ 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΣΚΟΡΔΑΛΙΑ | 1 ΚΟΜΜΑΤΙ ΠΑΤΣΙΤΣΙΟ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΚΙΜΑ |

| | | | | | | | | |
|--|---|---|--|---|--|---|--|---|
| | | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ΚΑΙ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΙΜΑ ΑΠΑΧΟ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΠΕΡΚΑΣ ΨΗΤΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΨΗΤΟ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΑΠΑΧΟ & 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΡΥΖΙ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΓΙΓΑΝΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΜΟΣΧΑΡΙ ΒΡΑΣΤΟ ΜΕ 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΣΥΚΩΤΙ ΨΗΤΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΠΟΥΡΕ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ |
| | ΣΥΝΟΛΕΥΤΙΚΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΑΝΘΟΤΥΡΟ 4 ΕΛΙΕΣ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΠΑΧΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ 4 ΕΛΙΕΣ SALAD BAR | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ SALAD BAR | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΑΝΘΟΤΥΡΟ SALAD BAR | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ SALAD BAR |
| | ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ | 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% ΛΙΠΑΡΑ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΦΡΟΥΤΟ 1 ΖΕΛΕ | 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% ΛΙΠΑΡΑ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΦΡΟΥΤΟ 1 ΖΕΛΕ | 50g ΣΟΚΟΛΑΤ ΜΕ ΑΜΥΓΔΑΛΑ |
| | ΜΕΤΑ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΘΑ ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΠΡΑΣΙΝΟ ΤΣΑΙ | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--------|--------------|--|--|--|---|--|--|--|
| ΔΕΙΠΝΟ | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΟΜΕΛΕΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ & ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ή 1 ΑΡΑΒΙΚΗ ΠΙΤΑ ΜΕ ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ ΚΑΙ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΡΙΖΟΤΟ ΜΕ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ ΚΑΙ ΑΝΗΘΟ ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΣΠΑΝΑΚΟΡΥΖΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ ΚΑΙ ΡΥΖΙ ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | 2 ΚΑΛΑΜΑΚΙΑ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ 1 ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΒΡΑΣΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΣΥΚΩΤΙ ΨΗΤΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΠΟΥΡΕ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ή 250γρ ΓΑΡΙΔΕΣ ΜΕ ΚΟΦΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑΣ ΨΗΤΟ ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ ή 1 ΚΟΜΜΑΤΙ ΠΙΤΣΑ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΠΙΠΕΡΙΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΚΟΛΟΚΥΘΙ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΟΡΤΙΓΙΑ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ & 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΟΜΕΛΕΤΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ & ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ |
| | ΣΥΝΟΛΕΥΤΙΚΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ ΑΠΑΧΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | SALAD BAR 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΓΡΑΒΙΕΡΑ | SALAD BAR ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΜΕ ΣΩΣ ΒΑΛΣΑΜΙΚΟΥ & ΑΡΩΜΑ ΘΥΜΑΡΙΟΥ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΑΝΘΟΤΥΡΟ SALAD BAR | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ ΑΠΑΧΟ SALAD BAR |
| | ΕΠΙΔΟΡΡΙΠΟ | 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% ΛΙΠΑΡΑ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΦΡΟΥΤΟ 1 ΖΕΛΕ | 1 ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% ΛΙΠΑΡΑ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΦΡΟΥΤΟ 1 ΖΕΛΕ | 1 ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 50γρ ΠΑΣΤΕΛΙ |

2η Εβδομάδα

| | | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|-------|--------------|--|--|---|---|--|---|--|
| | ΠΡΩΙΝΟ | 1 ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ ΣΙΚΑΛΕΩΣ 1 Κ.Σ.ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ Ή ΜΕΛΙ 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ 1,5 % ΛΙΠΑΡΑ ΚΑΦΕΣ | 1 ΡΥΖΟΓΚΟΦΡΕΤΑ 1Κ.Γ. ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ ΚΑΦΕΣ | 1 ΤΟΣΤ ΜΕ ΤΥΡΙ ΑΠΑΧΟ ΚΑΙ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ, 1 ΑΥΓΟ ΒΡΑΣΤΟ, 1 ΠΟΤΗΡΙ ΦΡΕΣΚΟΣ ΧΥΜΟΣ ΚΑΦΕΣ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% ΛΙΠΑΡΑ, 1ΦΕΤΑ ΨΩΜΙ ΣΙΚΑΛΕΩΣ 1 Κ.Γ. ΜΕΛΙ ΚΑΦΕΣ | 1 ΚΟΥΛΟΥΡΙ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΚΑΦΕΣ | 1 ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ ΜΕ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ ,4 Κ.Σ. ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ ΜΕ ΑΠΟΞΗΡΑΜΕΝΑ ΦΡΟΥΤΑ, ΚΑΦΕΣ | 1 ΜΠΑΡΑ ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΩΝ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗ ΜΕ ΑΠΟΞ.ΦΡΟΥΤΑ ΠΟΤΗΡΙ ΓΑΛΑ 1,5% ΛΙΠΑΡΑ ΚΑΦΕΣ |
| | | | | | | | | |
| ΓΕΥΜΑ | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΣΤΡΑΠΑΤΣΑΔΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΚΙΜΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΡΕΒΥΘΙΑ ΛΕΜΟΝΑΤΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΣΥΚΩΠΙ ΨΗΤΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΠΟΥΡΕ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΓΙΓΑΝΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΑΠΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΑΠΑΧΟ & 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΡΥΖΙ ΜΕ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΨΑΡΟΝΕΦΡΙ ΨΗΤΟ & 1 ΦΙΛΤΖΑΝΙ STICKS ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ |
| | | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΙΜΑΜ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΤΟΜΑΤΑ, ΦΡΕΣΚΟ | ή 2 ΣΟΥΒΛΑΚΙΑ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ 1 ΠΗΤΟΥΛΑ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΑΓΚΙΝΑΡΕΣ ΑΛΛΑ ΠΟΛΙΤΑ ΜΕ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΜΠΑΜΙΕΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ | ή 2 ΚΑΛΑΜΑΚΙΑ ΧΟΙΡΙΝΑ ΜΕ 1 ΠΙΤΑ ΣΙΚΑΛΕΩΣ | ή 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΠΕΡΚΑ ΨΗΤΟ ΜΕ |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|--|--|---|--|---|--|--|
| | | ΚΡΕΜΜΥΔΙ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ | ΑΝΗΘΟ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΨΗΤΟ ΜΕ ΎΝΑ ΦΛΥΤΖΑΝΙ ΡΥΖΙ | ΝΤΟΜΑΤΑ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | | ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ |
| | ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΜΕ ΣΩΣ ΒΑΛΣΑΜΙΚΟΥ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ SALAD BAR 4 ΕΛΙΕΣ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΑΝΘΟΤΥΡΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ SALAD BAR 4 ΕΛΙΕΣ | SALAD BAR 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΓΡΑΒΙΕΡΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ SALAD BAR |
| | ΕΠΙΔΟΡΡΙΟ | 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% ΛΙΠΑΡΑ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΦΡΟΥΤΟ 1 ΖΕΛΕ | 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% ΛΙΠΑΡΑ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 50γρ ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΜΕ ΑΜΥΓΔΑΛΑ | 1 ΦΡΟΥΤΟ 1 ΖΕΛΕ |
| ΜΕΤΑ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΘΑ ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΠΡΑΣΙΝΟ ΤΣΑΙ | | | | | | | | |
| ΔΕΙΠΝΟ | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΓΕΜΙΣΤΕΣ ΝΤΟΜΑΤΕΣ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΜΕ ΡΥΖΙ, ΦΡΕΣΚΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ & ΦΡΕΣΚΙΑ ΠΙΠΕΡΙΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΑΛΙΑΤΕΛΛΕΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | 1 ΚΑΛΑΜΑΚΙ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΧΤΑΠΟΔΑΚΙ ΜΕ ΚΟΦΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ & ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΦΙΛΕΤΟ ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΜΕ 1 ΦΛΙΤΖΑΝΙ ΠΟΥΡΕ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | ΠΙΕΝΝΕΣ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΚΙΜΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ |
| | | ή | ή | ή | ή | ή | ή | ή |

| | | | | | | | | |
|--|--------------------|--|--|--|--|---|--|--|
| | | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΠΕΝΝΕΣ ΜΕ ΚΙΜΑ ΑΠΑΧΟ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | 1 ΚΟΜΜΑΤΙ ΠΙΤΣΑ ΣΠΕΣΙΑΛ ΜΕ ΤΥΡΙ ΑΠΑΧΟ, ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ, ΠΙΠΕΡΙΑ, ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΣΟΛΟΜΟΣ ΨΗΤΟΣ ΜΕ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ ΚΑΙ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΣΠΑΝΑΚΟΡΥΖΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΣΟΥΦΛΕ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ & ΦΡΕΣΚΙΑ ΠΙΠΕΡΙΑ & ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ |
| | ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΑΝΘΟΤΥΡΟ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΙΤΡΙΝΟ ΤΥΡΙ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΠΑΧΟ ΤΥΡΙ ΨΗΤΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΜΕ ΣΩΣ ΒΑΛΣΑΜΙΚΟΥ SALAD BAR | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΠΑΧΟ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ SALAD BAR | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΑΝΘΟΤΥΡΟ ΨΗΤΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΜΕ ΣΩΣ ΒΑΛΣΑΜΙΚΟΥ SALAD BAR | 1 ΜΕΡΙΔΑ ΤΥΡΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΑΠΑΧΟ SALAD BAR |
| | ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ | 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% ΛΙΠΑΡΑ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΦΡΟΥΤΟ 1 ΖΕΛΕ | 1 ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΓΙΑΟΥΡΤΙ 2% ΛΙΠΑΡΑ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 1 ΦΡΟΥΤΟ 1 ΖΕΛΕ | 1 ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΑΓΛΥΚΗ 1 ΦΡΟΥΤΟ | 50γρ ΠΑΣΤΕΛΙ |

ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΝΟΥ ΝΗΣΤΕΙΩΝ1η Εβδομάδα

| | | | | | | | | |
|--|--|----------------|--------------|----------------|---------------|------------------|----------------|----------------|
| | | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|--|--|----------------|--------------|----------------|---------------|------------------|----------------|----------------|

| | | | | | | | | |
|--------------|--------------------|---|--|--|---|--|---|--|
| | ΠΡΩΙΝΟ | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΛΑΔΙΟΥ & ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΟΛΟΥΡΑΚΙΑ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ & ΚΡΟΥΑΣΑΝ ΒΟΥΤΥΡΟΥ | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΤΑΧΙΝΟΠΤΑΚΙΑ & ΚΕΙΚ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΕΙΚ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ & ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΛΑΔΟΚΟΥΛΟΥΡ Α & ΚΕΙΚ ΣΤΑΦΙΔΑΣ | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΣΟΥΣΑΜΕΝΙΟ ΚΟΥΛΟΥΡΙ | ΤΣΑΙ - ΓΑΛΛΑ - ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΑΛΕΔ Α ΒΕΡΙΚΟΚΟ -ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ,Κ ΡΟΥΑΣΑΝ ΒΟΥΤΥΡΟΥ ΚΕΪΚ ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ |
| ΓΕΥΜΑ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ ή ΚΟΛΟΚΥΘΟΠΙΤΑ | ΣΟΥΠΑ ΤΟΥ ΣΕΦ ή ΖΥΜΑΡΟΠΙΤΑ | ΠΑΤΑΤΟΠΙΤΑ ή ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ | ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ ή ΣΟΥΠΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | ΚΟΛΟΚΥΘΟΠΙΤΑ ή ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ | ΧΟΡΤΟΣΟΥΠΙΑ ή ΠΑΤΑΤΟΠΙΤΑ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ ή ΖΥΜΑΡΟΠΙΤΑ |
| | | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΛΑΖΑΝΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | ΓΑΡΙΔΟΜΑΚΑΡΟ ΝΑΔΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | ΠΕΝΝΕΣ ΜΕ ΣΠΑΡΑΓΓΙΑ ΚΑΙ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ | ΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΑΓΡΙΑ ΧΟΡΤΑ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΦΑΚΕΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΚΟΡΔΟ & ΑΡΩΜΑ ΔΑΦΝΗΣ | ΤΑΛΙΑΤΕΛΛΕΣ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΗ ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ |

| | | | | | | | | |
|---------------|---------------------|--|--------------------------|---|--|--|--|--|
| | | ή ΑΡΑΚΑΣ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟΣ ΜΕ ΚΑΡΟΤΑ , ΠΑΤΑΤΕΣ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ή ΡΕΒΥΘΙΑ ΛΕΜΟΝΑΤΑ | ή ΜΠΑΜΙΕΣ ΛΑΔΕΡΕΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | ή ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ ΓΙΟΥΒΕΤΣΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | ή ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ή ΜΑΥΡΟΜΑΤΙΚΑ ΦΑΣΟΛΙΑ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ, ΤΟΜΑΤΑ , ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ | ή ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ Μ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤ |
| | ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΜΕ ΣΩΣ ΒΑΛΣΑΜΙΚΟ & ΑΡΩΜΑ ΘΥΜΑΡΙΟΥ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | ΠΑΤΑΤΕΣ ΛΕΜΟΝΑΤΕΣ SALAD BAR | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΤΑΡΑΜΟΣΑΛΑΤ Α | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ SALAD BAR | SALAD BAR ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΜΕ ΣΩΣ ΒΑΛΣΑΜΙΚΟ & ΑΡΩΜΑ ΘΥΜΑΡΙΟΥ | SALAD BAR ΤΑΡΑΜΟΣΑΛΑΤ |
| | ΕΠΙΔΟΡΡΙΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΖΕΛΕ | ΦΡΟΥΤΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΕΙΚ ΚΑΡΟΤΟΥ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΟΜΠΟΣΤΑ | ΦΡΟΥΤΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΜΠΑΚΛΑΒΑΣ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΑΝΤΑΙΦΙ |
| ΔΕΙΠΝΟ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΠΑΤΑΤΟΠΙΤΑ | ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ | ΣΟΥΠΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | ΚΟΛΟΚΥΘΟΠΙΤΑ | ΦΛΟΓΕΡΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙ ΠΙΠΕΡΙΑ | ΣΟΥΠΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ |
| | | ή ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ | ή ΖΥΜΑΡΟΠΙΤΑ | ή ΚΡΕΜΥΔΟΠΙΤΑ | ή ΣΟΥΠΙΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ | ή ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ | ή ΚΡΕΜΥΔΟΠΙΤΑ | ή ΣΟΥΠΙΑ ΤΟΥ Σ |
| | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΠΙΤΣΑ ΝΗΣΤΙΣΙΜΗ ΜΕ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ,ΠΙΠΕΡΙΑ,ΝΤ | ΡΙΖΟΤΟ ΧΤΑΠΟΔΙΟΥ | ΓΙΓΑΝΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ | ΑΓΚΙΝΑΡΕΣ ΑΛΛΑ ΠΟΛΙΤΑ ΜΕ | ΧΤΑΠΟΔΑΚΙ ΜΕ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ | ΠΙΤΣΑ ΝΗΣΤΙΣΙΜΗ ΜΕ | ΡΙΖΟΤΟ ΜΕ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ Κ |

| | | | | | | | |
|--------------------|--|--|--------------------------------------|--|---|---|----------------------------------|
| | ΟΜΑΤΑ | | ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | ΑΝΗΘΟ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ΚΟΦΤΟ | ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ, ΠΙΠ ΕΡΙΑ, ΝΤΟΜΑΤΑ | ΑΝΗΘΟ |
| | ή | ή | ή | ή | ή | ή | ή |
| | ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΦΡΙΚΑΣΕ ΜΕ ΜΑΡΟΥΛΙΑ ΚΡΕΜΜΥΔΙ | ΜΠΡΙΑΜ ΚΟΛΟΚΥΘΙ ΜΕΛΙΤΖΑΝΑ ΠΑΤΑΤΑ ΠΙΠΕΡΙΑ | ΚΑΛΑΜΑΡΑΚΙΑ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΑ ΜΕ ΡΥΖΙ | ΚΑΝΕΛΛΟΝΙΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ | ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΤΙΦΑΔΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ & ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ | ΜΠΡΙΑΜ ΜΕ ΚΟΛΟΚΥΘΙ ΜΕΛΙΤΖΑΝΑ ΠΑΤΑΤΑ ΠΙΠΕΡΙΑ | ΠΑΤΑΤΕΣ ΓΙΑΧ |
| ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΤΑΡΑΜΟΣΑΛΑΤΑ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΡΙΖΟΤΟ ΗΜΕΡΑΣ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ SALAD BAR | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ SALAD BAR | ΡΙΖΟΤΟ ΗΜΕΡΑΣ SALAB BAR | SALAD BAR |
| ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ | ΦΡΟΥΤΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΟΜΠΟΣΤΑ | ΧΑΛΒΑΣ ΣΙΜΙΓΔΑΛΕΝΙΟΣ ΦΡΟΥΤΟ | ΦΡΟΥΤΑ ΖΕΛΕ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΟΜΠΟΣΤΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΖΕΛΕ | ΧΑΛΒΑΣ ΣΙΜΙΓΔΑΛΕΝΙΟ ΦΡΟΥΤΟ |

2η Εβδομάδα

| | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ |
|---------------|---|--|---|---|---|---|---|
| ΠΡΩΙΝΟ | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, | ΤΣΑΙ - ΓΑΛΑ - ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ - | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & | ΤΣΑΙ -ΧΥΜΟΣ, ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ, ΨΩΜΙ ΛΕΥΚΟ & ΣΙΚΑΛΕΩΣ, ΒΟΥΤΥΡΟ- ΜΕΛΙ - ΜΑΡΜΑΛΕΔΑ ΒΕΡΙΚΟΚΟ, ΦΡΑΟΥΛΑ & |

| | | | | | | | | |
|-------|-------------|--|--|--|---|--|---|--|
| | | ΣΟΥΣΑΜΕΝΙΟ ΚΟΥΛΟΥΡΙ | ΦΡΑΟΥΛΑ & ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΚΡΟΥΑΣΑΝ ΒΟΥΤΥΡΟΥ ΚΕΪΚ ΑΝΑΜΕΙΚΤΟ | ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΕΪΚ ΛΑΔΙΟΥ & ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ | ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΟΛΟΥΡΑΚΙΑ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ & ΚΡΟΥΑΣΑΝ ΒΟΥΤΥΡΟΥ | ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΤΑΧΙΝΟΠΙΤΑΚΙΑ & ΚΕΙΚ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ | ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΛΑΔΟΚΟΥΛΟΥΡ Α & ΚΕΙΚ ΣΤΑΦΙΔΑΣ | ΡΟΔΑΚΙΝΟ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ, ΚΕΙΚ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ & ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ |
| ΓΕΥΜΑ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΖΥΜΑΡΟΠΙΤΑ | ΚΟΛΟΚΥΘΟΠΙΤΑ | ΠΑΤΑΤΟΠΙΤΑ | ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ | ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ | ΣΟΥΠΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ |
| | | ή ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ | ή ΣΟΥΠΙΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ | ή ΣΟΥΠΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ | ή ΧΟΡΤΟΣΟΥΠΙΑ | ή ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ | ή ΠΑΤΑΤΟΠΙΤΑ | ή ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ |
| | | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΙΜΑΜ ΜΕ ΤΟΜΑΤΑ, ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ | ΦΑΚΕΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΚΟΡΔΟ & ΑΡΩΜΑ ΔΑΦΝΗΣ | ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ | ΡΙΖΟΤΟ ΜΕ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ ΚΑΙ ΑΝΗΘΟ | ΡΕΒΥΘΙΑ ΛΕΜΟΝΑΤΑ | ΜΠΑΜΙΕΣ ΛΑΔΕΡΕΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ |
| | | ή ΧΤΑΠΟΔΑΚΙ ΣΤΙΦΑΔΟ ΜΕ ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑ ΔΑΦΝΗΣ | ή ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΛΑΔΕΡΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ | ή ΓΕΜΙΣΤΑ ΚΑΛΑΜΑΡΑΚΙΑ ΜΕ ΡΥΖΙ | ή ΑΡΑΚΑΣ ΜΕ ΚΑΡΟΤΑ, ΠΑΤΑΤΕΣ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ | ή ΓΑΡΙΔΟΜΑΚΑΡΟ ΝΑΔΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ | ή ΜΑΥΡΟΜΑΤΙΚΑ ΦΑΣΟΛΙΑ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ, ΚΡΕΜΜΥΔΙ | ή ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΚΟΚΚΙΝΗ |
| | ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΤΑΡΑΜΟΣΑΛΑΤ | SALAD BAR ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΣΩΣ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | SALAD BAR ΠΑΤΑΤΕΣ ΡΙΓΑΝΑΤΕΣ | SALAD BAR ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΜΕ | SALAD BAR ΤΑΡΑΜΟΣΑΛΑΤ Α |

| | | | | | | | | |
|---------------|--------------------|--------------------------------|---|--|--|---|--|---|
| | | | Α | ΜΕ ΒΑΛΣΑΜΙΚΟ | | | ΣΩΣ ΒΑΛΣΑΜΙΚΟ | |
| | ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΖΕΛΕ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΟΜΠΟΣΤΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΧΑΛΒΑΣ ΣΙΜΙΓΔΑΛΕΝΙΟΣ | ΦΡΟΥΤΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΟΜΠΟΣΤΑ | ΚΑΝΤΑΙΦΙ ΦΡΟΥΤΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΟΜΠΟΣΤΑ |
| ΔΕΙΠΝΟ | ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ | ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ ή ΧΟΡΤΟΣΟΥΠΑ | ΚΡΕΜΜΥΔΟΠΙΤΑ ή ΦΛΟΓΕΡΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙ ΠΙΠΕΡΙΑ | ΡΕΒΥΘΟΣΟΥΠΑ ή ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΟ | ΣΟΥΠΑ ΣΕΦ ή ΚΟΛΟΚΥΘΟΠΙΤΑ | ΚΡΕΜΜΥΔΟΠΙΤΑ ή ΣΟΥΠΑ ΜΙΝΕΣΤΡΟΝΕ | ΠΡΑΣΟΠΙΤΑ ή ΖΥΜΑΡΟΠΙΤΑ | ΣΟΥΠΑ ΣΕΦ ή ΣΠΑΝΑΚΟΠΙΤΑ |
| | | ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ | ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ή ΜΑΥΡΟΜΑΤΙΚΑ ΦΑΣΟΛΙΑ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ, ΚΡΕΜΜΥΔΙ | ΧΤΑΠΟΔΑΚΙ ΜΕ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ ΚΟΦΤΟ ή ΚΑΝΕΛΛΟΝΙΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ | ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΤΙΦΑΔΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ ή ΣΠΑΝΑΚΟΡΥΖΟ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΣΠΑΝΑΚΙ ΚΑΙ ΡΥΖΙ | ΠΙΤΣΑ ΝΗΣΤΙΣΙΜΗ ΜΕ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ,ΠΙΠ ΕΡΙΑ,ΝΤΟΜΑΤΑ ή ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΗ ΣΑΛΤΣΑ | ΓΕΜΙΣΤΕΣ ΝΤΟΜΑΤΕΣ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΜΕ ΡΥΖΙ & ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ή ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΙΦΑΔΟ | ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ ΓΙΟΥΒΕΤΣΙ ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ ή ΡΙΖΟΤΟ ΜΕ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ ΚΑΙ ΑΝΗΘΟ |
| | ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΡΙΖΟΤΟ ΗΜΕΡΑΣ | ΤΑΡΑΜΟΣΑΛΑΤ Α ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | SALAD BAR | ΠΑΤΑΤΕΣ ΛΕΜΟΝΑΤΕΣ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ | ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ SALAD BAR | ΡΙΖΟΤΟ ΗΜΕΡΑΣ SALAD BAR | SALAD BAR ΤΑΡΑΜΟΣΑΛΑΤ Α ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ |

| | | | | | | | |
|-----------|--------------------|----------------------|--------|----------------|--------------------|------------------------|----------------------------------|
| ΕΠΙΔΟΡΡΙΟ | ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΦΡΟΥΤΟ | ΜΠΑΓΚΛΑΒΑΣ ΦΡΟΥΤΟ | ΦΡΟΥΤΟ | ΦΡΟΥΤΟ ΖΕΛΕ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΟΜΠΟΣΤΑ | ΦΡΟΥΤΟ ΚΕΙΚ ΚΑΡΟΤΟΥ | ΦΡΟΥΤΟ ΧΑΛΒΑΣ ΣΙΜΙΓΔΑΛΕΝΙΟ |
|-----------|--------------------|----------------------|--------|----------------|--------------------|------------------------|----------------------------------|

**Ο Εκπρόσωπος
Για την Korinthian
Palace Catering A.E.**



Ηλίας Κακογιάννης
Πρόεδρος &
Διευθύνων
Σύμβουλος



KORINTHIAN PALACE CATERING

Παραγωγή & Διάθεση Έτοιμων Γευμάτων

Κόρινθος 29 Μαΐου 2016

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΤΙΜΗΜΑ ΔΙΚΑΙΟΥΧΩΝ ΔΩΡΕΑΝ ΣΙΤΙΣΗΣ

| | | | |
|--|--|---------|-----------------|
| ΤΙΤΛΟΣ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ: «ΥΠ' ΑΡΙΘΜ. 02/2016 ΑΝΟΙΚΤΟΣ ΔΙΕΘΝΗΣ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΙΤΙΣΗ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ ΚΑΤΑ ΤΟ ΧΡΟΝΙΚΟ ΔΙΑΣΤΗΜΑ ΑΠΟ 1-09-2016 ΕΩΣ 31-12-2018.» | | | |
| ΕΠΩΝΥΜΙΑ ΕΤΑΙΡΙΑΣ | ΑΝΩΝΥΜΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΕΜΠΟΡΙΑΣ ΕΤΟΙΜΩΝ ΓΕΥΜΑΤΩΝ , με διακριτικό τίτλο KORINTHIAN PALACE CATERING A.E. | | |
| ΕΙΔΟΣ | ΠΡΟΣΦ/ΜΕΝΗ ΤΙΜΗ ΣΙΤΗΡΕΣΙΟΥ ΑΝΕΥ ΦΠΑ | ΦΠΑ 23% | ΤΙΜΗ ΜΕ ΦΠΑ 23% |
| ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΣΙΤΗΡΕΣΙΟ | 1,80€ | 0,41€ | 2,21€ |

- Στις ανωτέρω τιμές περιλαμβάνονται το σύνολο των επιβαρύνσεων (πρόβλεπόμενοι φόροι, δασμοί, ασφάλιστρα, μεταφορικά έξοδα και άλλες σχετικές δαπάνες).

Σημείωση: Η εταιρεία Korinthian Palace Catering A.E., θα παρέχει ημερήσια σίτιση και στους μη δικαιούμενους δωρεάν σίτιση φοιτητές (προπτυχιακούς, μεταπτυχιακούς), καθώς και στο προσωπικό (διδασκτικό, διοικητικό) του Πανεπιστημίου, στην τιμή των 0,60 € (εξήντα λεπτά) συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α. για το πρωινό και 2,50 € (δύο ευρώ και πενήντα λεπτά) συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α. για κάθε γεύμα.

Όνομα - Επωνυμία - Σφραγίδα - Ψηφιακή Υπογραφή

Για την Korinthian Palace Catering A.E.

KORINTHIAN PALACE CATERING A.E.
ΠΑΡΑΓΩΓΗ & ΕΜΠΟΡΙΑ ΕΤΟΙΜΩΝ ΓΕΥΜΑΤΩΝ
ΣΟΛΩΜΕΩΣ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ
ΑΦΜ: 998586685 - ΑΔΥΦ: ΚΟΡΙΝΘΟΥ

Ο πρόεδρος & Δ/νων σύμβουλος
Ηλίας Κακογιάννης