

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

ΠΡΟΣΘΗΚΗ «4» ΣΤΟ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ «Β» ΣΤΟ
Φ.604/12/12240/Σ.852

ΣΥΣΣΙΤΙΟ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ (1-12 ΕΤΩΝ)

Α/Α	ΗΜΕΡΑ	ΠΡΩΙΝΟ	ΓΕΥΜΑ	ΔΕΙΠΝΟ	ΠΑΡ/ΣΕΙΣ
1^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ					
1	Δευτέρα	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μακαρόνια 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ατομικός χυμός 250 ml	Πατάτες Φούρνου 250 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	α. Το γεύμα και το δείπνο να συνοδεύεται από Άρτο 250 gr ή Ένα (1) Αρτίδιο 80 gr. β. Το φρούτο εποχής θα πρέπει να είναι 100-120 gr. γ. Οι ελιές είναι 20-30 gr δ. Όλες οι ποσότητες αναφέρονται σε έτοιμα προς βρώση γεύματα. ε. Ημερήσιο σιτηρέσιο είναι 2400 (+/- 100Kcal) θερμίδων
2	Τρίτη	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φακόρυζο 300 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ατομικός χυμός 250 ml	Αρακάς με πατάτες 300 gr (συνολικά) Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
3	Τετάρτη	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Κοτόπουλο 250-300gr με Ρύζι 100gr Ατομικός χυμός 250 ml	Μακαρόνια 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
4.	Πέμπτη	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Πουρές 300 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Ατομικός χυμός 250 ml	Ομελέτα (3 αβγά κατ' άτομο) με Πατάτες 150 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	

B-4-2

A/A	ΗΜΕΡΑ	ΠΡΩΙΝΟ	ΓΕΥΜΑ	ΔΕΙΠΝΟ	ΠΑΡ/ΣΕΙΣ
5.	Παρασκευή	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φασολάκια λαδερά με πατάτες 300 gr. (συνολικά) Τυρί φέτα 50 gr Ατομικός χυμός 250 ml	Ομελέτα (3 αβγά κατ' άτομο) με Πατάτες 150 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
6.	Σάββατο	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φασολάδα 300 gr , Ελιές Ατομικός χυμός 250 ml	Ρύζι 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
7.	Κυριακή	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μοσχάρι 150 gr με Μακαρόνια 250 gr Ατομικός χυμός 250 ml	Πατάτες Φούρνου 250 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
2^η ΕΒΔΟΜΑΔΑ					
8.	Δευτέρα	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μακαρόνια 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ατομικός χυμός 250 ml	Πουρές 300gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
9.	Τρίτη	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Σπανακόρυζο 300 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ατομικός χυμός 250 ml	Ομελέτα (3 αβγά κατ' άτομο) με Πατάτες 150 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
10.	Τετάρτη	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μακαρόνια 250 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ατομικός χυμός 250 ml	Αρακάς με πατάτες 300 gr (συνολικά) Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	

B-4-3

A/A	ΗΜΕΡΑ	ΠΡΩΙΝΟ	ΓΕΥΜΑ	ΔΕΙΠΝΟ	ΠΑΡ/ΣΕΙΣ
11.	Πέμπτη	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Κοτόπουλο 250 gr – 300 gr Μακαρόνια 150 gr Ατομικός χυμός 250 ml	Πατάτες Φούρνου 250 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
12.	Παρασκευή	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φακές 300 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ατομικός χυμός 250 ml	Φασολάκια λαδερά με πατάτες 300 gr. (συνολικά) Ένα (1) φρούτο εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
13.	Σάββατο	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Φασολάδα 300 gr , Ελιές Ατομικός χυμός 250 ml	Ρύζι 150 gr με κόκκινη σάλτσα Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	
14.	Κυριακή	Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος Κρουασάν 75 - 85 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής	Μοσχάρι Κοκκινιστό 200-250 gr Με Ρύζι 150gr Ατομικός χυμός 250 ml	Πατάτες Φούρνου 250 gr Τυρί Φέτα 50 gr Ένα (1) Φρούτο Εποχής Γάλα εβαπορέ 240 ml 1,5% περιεκτικότητα σε λίπος	

Ακριβές Αντίγραφο

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