

- Σε όλα τα γεύματα έχει υπολογιστεί ένα ατομικό ψωμάκι 30g (Πρωτεΐνες: 2,6g, Λίπη: 0,9g, Υδατάνθρακες: 15,0g, Ενέργεια: 121,7Kcal).
- Η επιλογή των μενού, αναφορικά με τη σύσταση και τις ποσότητες, έχει γίνει με βάση τις «Διεθνείς συστάσεις για την αναγκαία πρόσληψη θερμίδων, μακροθρεπτικών και μικροθρεπτικών στοιχείων στην παιδική ηλικία».



ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΜΕΝΟΥ - ΙΟΥΝΙΟΣ 2025	
Ημέρα	Γεύμα
Δευτέρα 02/06	Μπουκίτσες κοτόπουλου από φιλέτο στήθος πανέ με κους-κους Σαλάτα εποχής
Τρίτη 03/06	Κεφτεδάκια από μοσχαρίσιο κιμά Ρύζι βουτύρου Σαλάτα εποχής
Τετάρτη 04/06	Πατάτες φούρνου λεμονοριγανάτες Τυρί φέτα Σαλάτα εποχής
Πέμπτη 05/06	Ρολό κοτόπουλο φούρνου Κοφτό μακαρόνι Σαλάτα εποχής
Παρασκευή 06/06	Φακές σούπα Σαλάτα εποχής
Δευτέρα 09/06	ΑΡΓΙΑ –ΑΓΙΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ
Τρίτη 10/06	Μπουκίτσες κοτόπουλο από φιλέτο στήθος πανέ Μακαρονάκι βιδούλες Σαλάτα εποχής
Τετάρτη 11/06	Μπάμιες λαδερές Τυρί φέτα
Πέμπτη 12/06	Σπαγγέτι μπολονέζ Σαλάτα εποχής
Παρασκευή 13/06	Αρακάς λαδερός Τυρί φέτα
Δευτέρα 16/06	Σνιτσελάκια χοιρινά Κους - κους Σαλάτα εποχής
Τρίτη 17/06	Ψαρομπουκιές από φιλέτο ψαριού Ρύζι βουτύρου Σαλάτα εποχής

Τετάρτη 18/06	Σπανακόρυζο Σαλάτα εποχής
Πέμπτη 19/06	Μοσχάρaki κοκκινιστό Μακαρονάκι κοχυλάκι Σαλάτα εποχής
Παρασκευή 20/06	Φασολάκια λαδερά Τυρί φέτα
Δευτέρα 23/06	Κεφτεδακια από μοσχαρίσιο κιμά Με κους-κους Σαλάτα εποχής
Τρίτη 24/06	Τρυφερά Σουβλάκια χοιρινά Ρύζι βουτύρου Σαλάτα εποχής
Τετάρτη 25/06	Κριθαρότο λαχανικών Τυρί φέτα
Πέμπτη 26/06	Ψαρομπουκιες από φιλέτο ψαριού με κοφτό μακαρονάκι Σαλάτα εποχής
Παρασκευή 27/06	Μπριάμ λαχανικών Τυρί φέτα
Δευτέρα 30/06	Παστίτσιο με μοσχαρίσιο κιμά και ελαφριά μπεσαμέλ Σαλάτα εποχής



Στρατηγού Μακρυγιάννη 41
57001 - Θέρμη
Θεσσαλονίκη, Ελλάδα
Τηλ./Fax: +302310465570
Κιν: +306944914866
e-mail: info@elenasgourmet.gr
κ. Γεωργιζίκη Έλενα

