

- 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».



Ημέρα	ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΜΕΝΟΥ ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2026 Γεύμα
ΔΕΥΤΕΡΑ 02/02/2026	ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΜΕ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΤΡΙΤΗ 03/02/2026	ΜΠΡΙΖΟΛΑΚΙΑ ΧΟΙΡΙΝΑ ΧΩΡΙΣ ΚΟΚΚΑΛΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΤΕΤΑΡΤΗ 04/02/2026	ΑΡΑΚΑΣ ΛΑΔΕΡΟΣ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΠΕΜΠΤΗ 05/02/2026	ΣΠΑΓΓΕΤΙ ΜΠΟΛΟΝΕΖ ΜΕ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 06/02/2026	ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΣΤΟΝ ΦΟΥΡΝΟ [μπριαμ] ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΔΕΥΤΕΡΑ 09/02/2026	ΜΠΟΥΚΙΤΣΕΣ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟΥ ΑΠΟ ΦΙΛΕΤΟ ΣΤΗΘΟΣ ΠΑΝΕ ΜΕ ΡΥΖΙ ΒΟΥΤΥΡΟΥ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΤΡΙΤΗ 10/02/2026	ΚΕΦΤΕΔΑΚΙΑ ΣΜΥΡΝΕΙΚΑ ΑΠΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ, ΚΟΦΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΤΕΤΑΡΤΗ 11/02/2026	ΣΠΑΝΑΚΟΥΡΥΖΟ ΜΕ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ 12/02/2026	ΧΟΙΡΙΝΟ ΛΕΜΟΝΟΡΙΓΑΝΑΤΟ ΜΕ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 13/02/2026	ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΛΕΥΚΗ ΣΑΛΤΣΑ [κρεμα γαλακτος, γιαούρτι και γραβιερες] ΜΕ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΔΕΥΤΕΡΑ 16/02/2026	ΣΝΙΤΣΕΛΑΚΙΑ ΧΟΙΡΙΝΑ ΜΕ ΚΟΥΣ-ΚΟΥΣ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΤΡΙΤΗ 17/02/2026	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΤΕΤΑΡΤΗ 18/02/2026	ΦΑΚΕΣ ΣΟΥΠΑ ΜΕ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΠΕΜΠΤΗ 19/02/2026	ΤΡΥΦΕΡΑ ΣΟΥΒΛΑΚΙΑ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟΥ ΜΕ ΡΥΖΙ ΒΟΥΤΥΡΟΥ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20/02/2026	ΚΡΙΘΑΡΟΤΟ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΔΕΥΤΕΡΑ 23/02/2026	ΑΡΓΙΑ- ΚΑΘΑΡΑ ΔΕΥΤΕΡΑ
ΤΡΙΤΗ 24/02/2026	ΚΟΤΟΥΡΥΖΟΤΟ ΜΕ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ
25/02/2026

ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΛΑΔΕΡΑ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ

ΠΕΜΠΤΗ
26/02/2026

ΜΠΙΦΤΕΚΑΚΙΑ ΑΠΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ ΜΕ ΚΟΦΤΟ
ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
27/02/2026

ΝΤΟΜΑΤΟΠΙΠΕΡΙΕΣ ΜΕ ΡΥΖΙ, ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ
ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ



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

