

	Κοτόπουλο	Ψάρι	Όσπριο	Κόκκινο κρέας	Λαδερό
	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
1η εβδομάδα	Κοτόπουλο κοκκινιστό με κριθαράκι	Φιλέτο ψαριού ( πανέ) με ρύζι και καρότο	Φασολάδα	Μπιφτέκι μοσχαρίσιο με ρύζι και καρότο	Αρακάς κοκκινιστός με πατάτες
			Αυγό βραστό		Αυγό βραστό
	Φρούτο	Σαλάτα Ψωμί ολικής	Σαλάτα Ψωμί ολικής	Φρούτο	Σαλάτα Ψωμί ολικής
	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
2η εβδομάδα	Μπιφτέκι κοτόπουλο με ρύζι και καλαμπόκι	Φιλέτο ψαριού ( πανέ) με ρύζι και καρότο	Φακές σούπα	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι	Σπανακόπιτα
			Αυγό βραστό		Αυγό βραστό
	Φρούτο	Σαλάτα	Σαλάτα Ψωμί ολικής	Φρούτο	Σαλάτα
	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
3η εβδομάδα	Μπιφτέκι κοτόπουλο με πουρέ	Φιλέτο ψαριού ( πανέ) με ρύζι και καρότο	Ρεβίθια λεμονάτα	Πέννες με κιμά	Σπανακόρυζο
			Τυρί φέτα		Αυγό βραστό
	Φρούτο	Σαλάτα Ψωμί ολικής	Σαλάτα Ψωμί ολικής	Φρούτο	Σαλάτα Ψωμί ολικής
	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
4η εβδομάδα	Μπιφτέκι κοτόπουλο με ρύζι και καλαμπόκι	Φιλέτο ψαριού ( πανέ) με ρύζι και καρότο	Φακές σούπα	Σουτζουκάκια κοκκινιστά με ρύζι	Πέννες ολικής άλεσης με σάλτσα ντομάτας και λαχανικά
			Αυγό βραστό		Τυρί φέτα
	Φρούτο	Σαλάτα Ψωμί ολικής	Σαλάτα Ψωμί ολικής	Φρούτο	Σαλάτα