

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2012

ΠΕΜΠΤΗ 2-2 Χοιρινό με μαντζουράνα και πιλάφι, σαλάτα μαρούλι- καρότο-ελιές με σως λαδόξιδο, κλημεντίνες

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 3-2 Αρακάς λαδερός με πατάτες και καρότα, αλευρόπιτα Ηπείρου, εκλεράκι

\*\*\*\*\*

ΔΕΥΤΕΡΑ 6-2 Λιτό γεύμα (μακαρονάκι κοφτό με σάλτσα ντομάτας)

ΤΡΙΤΗ 7-2 Ψάρι φιλέτο ψητό με ρυζότο λαχανικών, σαλάτα πανδαισία (μαρούλι-λάχανο-ρόκα-καρότο με σως βινεγκρέτ), μπανάνα

ΠΕΜΠΤΗ 9-2 Κοτόπουλο μπουτί ψητό με πουρέ πατάτας, ντάκος, μήλο

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10-2 Γιουβαρλάκια αυγολέμονο με καρότα και πατάτες, σαλάτα μαρούλι-αγγούρι με σως βινεγκρέτ, κλημεντίνες

\*\*\*\*\*

ΔΕΥΤΕΡΑ 13-2 Φαρφάλες με σάλτσα ντομάτας και βασιλικό, κεφαλογραβιέρα τριμμένη, σαλάτα μαρούλι, ντομάτα με άνιθο, κρεμμυδάκι και σως μπαλσάμικο, πορτοκάλι

ΤΡΙΤΗ 14-2 Χοιρινή μπριζόλα με πουρέ πατάτας, σαλάτα λάχανο (άσπρο & κόκκινο)-καρότο με σως μαγιονέζας- κέτσαπ, μήλο

ΠΕΜΠΤΗ 16-2 (ΤΣΙΚΝΟΠΕΜΠΤΗ) Mixed grill, πίτες, σαλάτα ανάμικτη (λάχανο άσπρο-κόκκινο, ντομάτα, πιπεριά κόκκινη, κρεμμύδι φρέσκο, μαϊντανό, με σως λαδολέμονο), κλημεντίνες

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 17-2 Φακές, τυρί (κεφαλοτύρι), ελιές, κριτσίνια, μπανάνα

\*\*\*\*\*

ΔΕΥΤΕΡΑ 20-2 Παστίσιο, σαλάτα μαρούλι-αγγούρι με λαδόξιδο, πορτοκάλι

ΤΡΙΤΗ 21-2 Ψάρι φιλέτο πανέ με πατάτες φούρνου, σαλάτα μαρούλι-καρότο με σως λαδολέμονο, μπανάνα

ΠΕΜΠΤΗ 23-2 Μοσχάρι γιουβέτσι, σαλάτα μαρούλι- καρότο με σως λαδόξιδο, κλημεντίνες

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 24-2 Φασόλια γίγαντες, σπανακόπιτα, ζελέ φρούτων

\*\*\*\*\*

ΔΕΥΤΕΡΑ 27-2 ΚΑΘΑΡΑ ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ 28-2 Κριθαράκι με γαρίδες, σαλάτα πανδαισία (μαρούλι-λάχανο-ρόκα-καρότο με σως βινεγκρέτ), πορτοκάλι