

## ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ

20/01/2025-26/01/2025

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Πρωινό</b>						
Ψωμί 2 είδη (Λευκό-ολικής), Φρυγανιές (και ολικής άλεσης), Κρουασάν βουτύρου (70g), Δημητριακά(και ολικής άλεσης), Μαρμελάδα 2 είδη (σε ατομική μερίδα), Μέλι (σε ατομική μερίδα), Πραλίνα (σε ατομική μερίδα), Βούτυρο (σε ατομική μερίδα), Φυτικής προέλευσης μαργαρίνη (σε ατομική μερίδα), Τσάι-καφές φίλτρου-χυμός, Φρέσκα φρούτα, Γαλακτοκομικά προϊόντα, Αλλαντικά, Αυγό, Νηστίσιμη επιλογή						
<b>ΓΕΥΜΑ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Ριζότο μανιταριών	Τραχανάς	Φασόλια μαυρομάτικα	Ομελέτα με τυριά	Ριζότο λαχανικών	Κοτόσουπα αυγολέμονο	Κρεατόσουπα
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Κοτόπουλο κοκκινιστό μπουτί με κριθαράκι	Κεφτεδάκια φούρνου με πατάτες φούρνου	Κοτόπουλο σουβλάκι ψητό BBQ με πατάτες φούρνου	Μπιφτέκι ψητό με πουρέ	Χοιρινό με σως λεμονάτο με κουσκούςάκι	Κοτόπουλο λεμονάτο μπουτί με ρύζι	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι
Φασολάκια	Φακές σούπα	Πατάτες γιαχνί	Σπανακόρυζο	Φασόλια γίγαντες φούρνου	Κανελόνια με σπανάκι	Ζυμαρικά με σάλτσα ντομάτας
Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί		
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό***	Φρούτο εποχής**
<b>ΔΕΙΠΝΟ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Ομελέτα με πατάτες	Σκορδαλιά	Σπανακόπιτα	Φάβα	Σουφλέ πατάτας	Σούπα λαχανικών εποχής	Πίτσα αλλαντικών
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Χοιρινές μπριζόλες φούρνου με ρύζι	Μπακαλιάρος στο φούρνο με λαχανικά στον ατμό	Χοιρινό ψητό φέτα με σως και ρύζι	Θράψαλο κοκκινιστό με κοφτό μακαρονάκι	Γιουβαρλάκια	Χοιρινά σουβλάκια BBQ με πατάτες φούρνου	Σαρδέλα στον φούρνο με πατατοσαλάτα
Ζυμαρικά με σάλτσα μανιτάρια κ κρέμα γάλακτος	Αρακάς	Φασόλια σούπα	Πασίτσιο ογκραντέν με λαχανικά (χωρίς κιμά)	Μπριάμ	Μπάμιες	Φακές σούπα
	Τυρί φέτα	Λευκό τυρί		Λευκό τυρί	Τυρί φέτα	Τυρί φέτα
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**

27/01/2025-02/02/2025

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Πρωινό</b>						
Ψωμί 2 είδη (Λευκό-ολικής), Φρυγανιές (και ολικής άλεσης), Κρουασάν βουτύρου (70g), Δημητριακά(και ολικής άλεσης), Μαρμελάδα 2 είδη (σε ατομική μερίδα), Μέλι (σε ατομική μερίδα), Πραλίνα (σε ατομική μερίδα), Βούτυρο (σε ατομική μερίδα), Φυτικής προέλευσης μαργαρίνη (σε ατομική μερίδα), Τσάι-καφές φίλτρου-χυμός, Φρέσκα φρούτα, Γαλακτοκομικά προϊόντα, Αλλαντικά, Αυγό, Νηστίσιμη επιλογή						
<b>ΓΕΥΜΑ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Τραχανάς	Τυρόπιτα	Ομελέτα με πατάτες	Φάβα	Σούπα λαχανικών εποχής	Σουφλέ ζυμαρικών με τυρί	Πίτσα
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Κοτόπουλο λεμονάτο μπούτι με ρύζι	Σουτζουκάκια ψητά με πουρέ	Χοιρινό ψητό φέτα με σως και ρύζι	Παστίτσιο	Χοιρινό με σως λεμονάτο με κουσκουσάκι	Κοτόπουλο μπούτι κοκκινιστό με ρύζι	Μοσχάρι με σάλτσα κοκκινιστό με ριζότο
Μελιτζάνες ιμάμ	Ρεβίθια σούπα	Αρακάς	Φασολάκια	Φακές σούπα	Μπάμιες	Μουσακάς λαχανικών
	Λευκό τυρί	Τυρί φέτα	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Τυρί φέτα
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό***	Φρούτο εποχής**
<b>ΔΕΙΠΝΟ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Ριζότο λαχανικών	Σουφλέ σπανάκι	Ριζότο μανιταριών	Σουφλέ λαχανικών	Ομελέτα με μανιτάρια κ τυριά	Κρέπες με ζαμπόν τυριά	Σπανακόπιτα
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Χοιρινές μπριζόλες φούρνου με πουρέ	σκουμπρί στο φούρνο πλακί με ρύζι	Κοτόπουλο σουβλάκι ψητό BBQ με πατάτες φούρνου	Σουπιές με σπανάκι και μάραθο	Ζυμαρικά με κιμά και τριμμένο τυρί	Αρνάκι ψητό με πατάτες φούρνου	Γλαύκος στο φούρνο με πατατοσαλάτα
Παστίτσιο ογκρατέν με τυριά (χωρίς κιμά)	Σπανακόρυζο	Ζυμαρικά με σάλτσα ντομάτας	Κανελόνια με τυριά	Γεμιστά Λαδερά	Ζυμαρικά με σάλτσα μανιτάρια και κρέμα γάλακτος	Φασόλια σούπα
	Λευκό τυρί		Λευκό τυρί	Λευκό τυρί		Τυρί φέτα
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**

03/02/2025-09/02/2025

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Πρωινό</b>						
Ψωμί 2 είδη (Λευκό-ολικής), Φρυγανιές (και ολικής άλεσης), Κρουασάν βουτύρου (70g), Δημητριακά(και ολικής άλεσης), Μαρμελάδα 2 είδη (σε ατομική μερίδα), Μέλι (σε ατομική μερίδα), Πραλίνα (σε ατομική μερίδα), Βούτυρο (σε ατομική μερίδα), Φυτικής προέλευσης μαργαρίνη (σε ατομική μερίδα), Τσάι-καφές φίλτρου-χυμός, Φρέσκα φρούτα, Γαλακτοκομικά προϊόντα, Αλλαντικά, Αυγό, Νηστίσιμη επιλογή						
<b>ΓΕΥΜΑ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Ριζότο μανιταριών	Τραχανάς	Φασόλια μαυρομάτικα	Ομελέτα με τυριά	Ριζότο λαχανικών	Κοτόσουπα αυγολέμονο	Πίτσα Τυριών
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Κοτόπουλο κοκκινιστό μπουτί με κριθαράκι	Σουτζουκάκια σμυρναίικα με πουρέ	Κοτόπουλο λεμονάτο μπουτί με ρύζι	Γιουβαρλάκια	Χοιρινό λεμονάτο με κουσκουσάκι	Αρνάκι ψητό με πατάτες φούρνου	Χοιρινό ψητό με σως και πουρέ
Αγγινάρες αλά πολιτά	Φακές σούπα	Σπανακόρυζο	Πατάτες γιαχνί	Ζυμαρικά με σάλτσα μανιτάρια και κρέμα γάλακτος	Φασόλια σούπα	Ζυμαρικά με σάλτσα ντομάτας
Λευκό τυρί	Τυρί φέτα	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί		Τυρί φέτα	
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Γλυκό***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό***	Φρούτο εποχής**
<b>ΔΕΙΠΝΟ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Ομελέτα με πατάτες	Σκορδαλιά	Πίτσα τυριών	Φάβα	Σουφλέ πατάτας	Σούπα λαχανικών εποχής	Ομελέτα με μανιτάρια και τυριά
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Χοιρινά σουβλάκια BBQ με πατάτες φούρνου	Μπακαλιάρος σαγανάκι με σως μουστάρδας με πατάτες φούρνου	Μοσχάρι με σάλτσα κοκκινιστό με κουσκουσάκι	Θράψαλο κοκκινιστό με κοφτό μακαρονάκι	Ρολό κιμά γεμιστό με τυριά και πουρέ	Κοτόπουλο σουβλάκι ψητό BBQ με πατάτες φούρνου	Σαρδέλα στον φούρνο με πατατοσαλάτα
Ζυμαρικά με σάλτσα καρμπονάρα	Αρακάς	Παστίτσιο ογκρατέν με λαχανικά (χωρίς κιμά)	Ρεβίθια σούπα	Μελιτζάνες Ιμάμ	Φασολάκια	Μπριάμ
	Τυρί φέτα			Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**

10/02/2025-16/02/2025

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Πρωινό</b>						
Ψωμί 2 είδη (Λευκό-ολικής), Φρυγανιές (και ολικής άλεσης), Κρουασάν βουτύρου (70g), Δημητριακά(και ολικής άλεσης), Μαρμελάδα 2 είδη (σε ατομική μερίδα), Μέλι (σε ατομική μερίδα), Πραλίνα (σε ατομική μερίδα), Βούτυρο (σε ατομική μερίδα), Φυτικής προέλευσης μαργαρίνη (σε ατομική μερίδα), Τσάι-καφές φίλτρου-χυμός, Φρέσκα φρούτα, Γαλακτοκομικά προϊόντα, Αλλαντικά, Αυγό, Νηστίσιμη επιλογή						
<b>ΓΕΥΜΑ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Κοτόσουπα αυγολέμονο	Ριζότο λαχανικών	Σουφλέ ζυμαρικών με τυρί	Φάβα	Σούπα λαχανικών εποχής	Ομελέτα με τυριά	Σπανακόπιτα
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Κοτόπουλο λεμονάτο μπουτί με ρύζι	Μπιφτέκι ψητό με πουρέ	Κοτόπουλο κοκκινιστό μπουτί με κριθαράκι	Παστίτσιο	Χοιρινές μπριζόλες φούρνου με πουρέ	Κοτόπουλο σουβλάκι ψητό BBQ με πατάτες φούρνου	Χοιρινό ψητό με σως και ρύζι
Σπανακόρυζο	Ρεβίθια σούπα	Φασολάκια	Μελιτζάνες Ιμάμ	Παστίτσιο ογκρατέν με τυριά (χωρίς κιμά)	Φασόλια σούπα	Ζυμαρικά με σάλτσα ντομάτας
Λευκό τυρί	Τυρί φέτα	Λευκό τυρί	Τυρί φέτα		Λευκό τυρί	
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Γλυκό***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**
<b>ΔΕΙΠΝΟ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Τραχανάς	Σουφλέ σπανάκι	Τυρόπιτα	Ογκραντέν λαχανικών	Ομελέτα με μανιτάρια κ τυριά	Κρεατόσουπα	Σκορδαλιά
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Χοιρινά σουβλάκια BBQ με πατάτες φούρνου	Σουπιές με σπανάκι και μάραθο με Λευκό τυρί	Χοιρινό λεμονάτο με κουσκουσάκι	Σκουμπρί στο φούρνο πλακί με ρύζι	Γιουβαρλάκια	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι	Γλαύκος στο φούρνο με πατατοσαλάτα
Ζυμαρικά με σάλτσα μανιτάρια και κρέμα γάλακτος	Αρακάς	Κανελόνια με σπανάκι	Φακές σούπα	Πατάτες γιαχνί με Τυρί φέτα	Μπριάμ	Μπάμιες
	Λευκό τυρί	Τυρί φέτα	Λευκό τυρί	Τυρί φέτα	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**

17/02/2025-23/02/2025

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Πρωινό</b>						
Ψωμί 2 είδη (Λευκό-ολικής), Φρυγανιές (και ολικής άλεσης), Κρουασάν βουτύρου (70g), Δημητριακά(και ολικής άλεσης), Μαρμελάδα 2 είδη (σε ατομική μερίδα), Μέλι (σε ατομική μερίδα), Πραλίνα (σε ατομική μερίδα), Βούτυρο (σε ατομική μερίδα), Φυτικής προέλευσης μαργαρίνη (σε ατομική μερίδα), Τσάι-καφές φίλτρου-χυμός, Φρέσκα φρούτα, Γαλακτοκομικά προϊόντα, Αλλαντικά, Αυγό, Νηστίσιμη επιλογή						
<b>ΓΕΥΜΑ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Ριζότο μανιταριών	Τραχανάς	Φασόλια μαυρομάτικα	Ομελέτα με τυριά	Ριζότο λαχανικών	Κοτόσουπα αυγολέμονο	Κρεατόσουπα
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Κοτόπουλο κοκκινιστό μπουτί με κριθαράκι	Κεφτεδάκια φούρνου με πατάτες φούρνου	Κοτόπουλο σουβλάκι ψητό BBQ με πατάτες φούρνου	Μπιφτέκι ψητό με πουρέ	Χοιρινό με σως λεμονάτο με κουσκούσακι	Κοτόπουλο λεμονάτο μπουτί με ρύζι	Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι
Φασολάκια	Φακές σούπα	Πατάτες γιαχνί	Σπανακόρυζο	Φασόλια γίγαντες φούρνου	Κανελόνια με σπανάκι	Ζυμαρικά με σάλτσα ντομάτας
Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί		
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό***	Φρούτο εποχής**
<b>ΔΕΙΠΝΟ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Ομελέτα με πατάτες	Σκορδαλιά	Σπανακόπιτα	Φάβα	Σουφλέ πατάτας	Σούπα λαχανικών εποχής	Πίτσα αλλαντικών
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Χοιρινές μπριζόλες φούρνου με ρύζι	Μπακαλιάρος στο φούρνο με λαχανικά στον ατμό	Χοιρινό ψητό φέτα με σως και ρύζι	Θράψαλο κοκκινιστό με κοφτό μακαρονάκι	Γιουβαρλάκια	Χοιρινά σουβλάκια BBQ με πατάτες φούρνου	Σαρδέλα στον φούρνο με πατατοσαλάτα
Ζυμαρικά με σάλτσα μανιτάρια κ κρέμα γάλακτος	Αρακάς	Φασόλια σούπα	Παστίτσιο ογκραντέν με λαχανικά (χωρίς κιμά)	Μπριάμ	Μπάμιες	Φακές σούπα
	Τυρί φέτα	Λευκό τυρί		Λευκό τυρί	Τυρί φέτα	Τυρί φέτα
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**

24/02/2025-02/03/2025

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
<b>Πρωινό</b>						
Ψωμί 2 είδη (Λευκό-ολικής), Φρυγανιές (και ολικής άλεσης), Κρουασάν βουτύρου (70g), Δημητριακά(και ολικής άλεσης), Μαρμελάδα 2 είδη (σε ατομική μερίδα), Μέλι (σε ατομική μερίδα), Πραλίνα (σε ατομική μερίδα), Βούτυρο (σε ατομική μερίδα), Φυτικής προέλευσης μαργαρίνη (σε ατομική μερίδα), Τσάι-καφές φίλτρου-χυμός, Φρέσκα φρούτα, Γαλακτοκομικά προϊόντα, Αλλαντικά, Αυγό, Νηστίσιμη επιλογή						
<b>ΓΕΥΜΑ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Τραχανάς	Τυρόπιτα	Ομελέτα με πατάτες	Φάβα	Σούπα λαχανικών εποχής	Σουφλέ ζυμαρικών με τυρί	Πίτσα
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Κοτόπουλο λεμονάτο μπούτι με ρύζι	Σουτζουκάκια ψητά με πουρέ	Χοιρινό ψητό φέτα με σως και ρύζι	Παστίτσιο	Χοιρινό με σως λεμονάτο με κουσκουσάκι	Κοτόπουλο μπούτι κοκκινιστό με ρύζι	Μοσχάρι με σάλτσα κοκκινιστό με ριζότο
Μελιτζάνες ιμάμ	Ρεβίθια σούπα	Αρακάς	Φασολάκια	Φακές σούπα	Μπάμιες	Μουσακάς λαχανικών
	Λευκό τυρί	Τυρί φέτα	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Λευκό τυρί	Τυρί φέτα
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό ***	Φρούτο εποχής**	Γλυκό***	Φρούτο εποχής**
<b>ΔΕΙΠΝΟ</b>						
<b>Πρώτο Πιάτο</b>						
Ριζότο λαχανικών	Σουφλέ σπανάκι	Ριζότο μανιταριών	Σουφλέ λαχανικών	Ομελέτα με μανιτάρια κ τυριά	Κρέπες με ζαμπόν τυριά	Σπανακόπιτα
<b>Κυρίως Πιάτο</b>						
Χοιρινές μπριζόλες φούρνου με πουρέ	σκουμπρί στο φούρνο πλακί με ρύζι	Κοτόπουλο σουβλάκι ψητό BBQ με πατάτες φούρνου	Σουπιές με σπανάκι και μάραθο	Ζυμαρικά με κιμά και τριμμένο τυρί	Αρνάκι ψητό με πατάτες φούρνου	Γλαύκος στο φούρνο με πατατοσαλάτα
Παστίτσιο ογκρατέν με τυριά (χωρίς κιμά)	Σπανακόρυζο	Ζυμαρικά με σάλτσα ντομάτας	Κανελόνια με τυριά	Γεμιστά Λαδερά	Ζυμαρικά με σάλτσα μανιτάρια και κρέμα γάλακτος	Φασόλια σούπα
	Λευκό τυρί		Λευκό τυρί	Λευκό τυρί		Τυρί φέτα
Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*	Δυο (2) είδη Σαλάτας*
Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί	Δύο (2) είδη Ψωμί
Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**	Φρούτο εποχής**