

ΜΕΝΟΥ νο 1-MENU No. 1	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ- DATES	Δευτέρα-Monday	Τρίτη-Tuesday	Τετάρτη-Wednesday	Πέμπτη-Thursday	Παρασκευή-Friday	Σάββατο-Saturday	Κυριακή-Sunday
		29/1/24	30/1/24	31/1/24	1/2/24	2/2/24	3/2/24	4/2/24
		26/2/24	27/2/24	28/2/24	29/2/24	1/3/24	2/3/24	3/3/24
		25/3/24	26/3/24	27/3/24	28/3/24	29/3/24	30/3/24	31/3/24
		22/4/24	23/4/24	24/4/24	25/4/24	26/4/24	27/4/24	28/4/24
		20/5/24	21/5/24	22/5/24	23/5/24	24/5/24	25/5/24	26/5/24
17/6/24	18/6/24	19/6/24	20/6/24	21/6/24	22/6/24	23/6/24		
Π Ρ Ω Ι Ν Ο- BREAKFAST	Γάλα φρέσκο ζεστό ή κρύο, Τσάι σε διάφορες γεύσεις, μαρμελάδες σε διάφορες γεύσεις, Μαργαρίνη, Μέλι, Φρυγανιές σίτου, Ψωμί, Κέικ- Fresh milk hot or cold, Tea in various flavors, jams in various flavors, Margarine, Honey, Wheat toast, Bread, Cake							
Γ Ε Υ Μ Α- LUNCH	Πρώτο Πιάτο- First course	Σπανακόρυζο- Spinach and Rice	Κοτόσουπα-Chicken Soup	Ζυμαρόπιτα-Pasta Pie	Χορτόσουπα -Herb Soup	Φάβα-Bean Soup	Μανιταρόσουπα- Mushroom Soup	Σούπα του σεφ-Chef's Soup
	Κυρίως Πιάτο, Γαρνίρισμα-Main Dish, Garnish	Ριγκατόνι με σάλτσα τυριών ή Πένες με σάλτσα Αματρισιάννα- Rigatoni with cheese sauce or Penne with Amatriciana sauce	Παστίτσιο ή Κοτόπουλο ψητό με πατάτες - Pasticcio or Roast chicken with potatoes	Φασόλια φούρνου πλακί ή Φακές-Baked beans or Lentils	Σπαγγέτι με κιμά ή Μπιφτέκι με πατάτες- Spaghetti with minced meat or Burger with potatoes	Κριθαρότο με γαρίδες και καλαμάρι ή Ψάρι φούρνου λαδολέμονο με ριζότο-Barley with shrimps and squid or Baked fish with olive oil and lemon with risotto	Αρνάκι γιουβέτσι ή Σοφρίτο με πουρέ- Lamb Juvetsi or Sofrito with mash	Χοιρινό λεμονάτο ή Κοτόπουλο με πιλάφι- Pork lemonade or Chicken with pilaf
	Συνοδευτικά-Side dishes	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γλυκό -Sweet Fruit seasonal salad	Σαλάτα εποχής, Φρούτο- Seasonal salad, Fruit	Σαλάτα εποχής, Ελιές- πίκλες, Φρούτο- Seasonal salad, olives pickles, fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο- Seasonal salad, Fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γάλα- Seasonal salad, Fruit, Milk	Τυρί, Σαλάτα εποχής, Φρούτο-Cheese, Seasonal Salad, Fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο- Seasonal salad, Fruit
Δ Ε Ι Π Ν Ο- DINNER	Κυρίως Πιάτο Γαρνίρισμα-Main Dish, Garnish	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πιλάφι ή Λουκάνικο χωριάτικο με πατάτες- Braised meatballs with pilaf or Country sausage with potatoes	Κριθαρότο μανιταριών ή Φασολάκια λαδερά με πατάτες-Mushroom barley stew or Fat beans with potatoes	Μοσχαράκι γιουβέτσι ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και μπέικον-Veal Giovecchi or Pasta Soufflé with cheeses and bacon	Μπριάμι ή Αρακάς καρότο λαδερός-Briam or Pea carrot oily	Ομελέτα με λαχανικά και τυριά ή Βίδες με σάλτσα Αραμπιάτα- Omelet with vegetables and cheeses or Screws with Arabiatta sauce	Μπριζόλα χοιρινή κρασάτη με πιλάφι ή Σνίτσελ κοτόπουλο με πατάτες-Wine pork steak with pilaf or chicken schnitzel with potatoes	Ψάρι πανέ με πατατοσαλάτα ή Σουτζουκάκια Σμυρναίικα με πουρέ-Breaded fish with potato salad or Souzoukakia Smyrnaika with puree
	Συνοδευτικά-Side dishes	Τυρί,Σαλάτα εποχής, Φρούτο-Cheese, seasonal salad, fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Κρέμα Καραμελέ-Seasonal salad, Fruit, Crème Caramel	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γλυκό - Seasonal salad, Fruit, Sweet	Σαλάτα εποχής, Τυρί, Φρούτο-Seasonal salad, Cheese, Fruit	Σαλάτα εποχή, Φρούτο, Γάλα-Salad season, Fruit, Milk	Σαλάτα εποχής, Γιαούρτι,Φρούτο- Seasonal salad, yogurt, fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γλυκό-Seasonal salad, Fruit, Sweet

ΜΕΝΟΥ νο 2- MENU No.2	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ- DATES	Δευτέρα-Monday	Τρίτη-Tuesday	Τετάρτη-Wednesday	Πέμπτη-Thursday	Παρασκευή-Friday	Σάββατο-Saturday	Κυριακή-Sunday
		5/2/24	6/2/24	7/2/24	8/2/24	9/2/24	10/2/24	11/2/24
		4/3/24	5/3/24	6/3/24	7/3/24	8/3/24	9/3/24	10/3/24
		1/4/24	2/4/24	3/4/24	4/4/24	5/4/24	6/4/24	7/4/24
		29/4/24	30/4/24	1/5/24	2/5/24	3/5/24	4/5/24	5/5/24
		27/5/24	28/5/24	29/5/24	30/5/24	31/5/24	1/6/24	2/6/24
		24/6/24	25/6/24	26/6/24	27/6/24	28/6/24	29/6/24	30/6/24
Π Ρ Ω Ι Ν Ο- BREAKFAST	Γάλα φρέσκο ζεστό ή κρύο, Τσάι σε διάφορες γεύσεις, μαρμελάδες σε διάφορες γεύσεις, Μαργαρίνη, Μέλι, Φρυγανιές σίτου, Ψωμί, Κέικ- Fresh milk hot or cold, Tea in various flavors, jams in various flavors, Margarine, Honey, Wheat toast, Bread, Cake							
Γ Ε Υ Μ Α- LUNCH	Πρώτο Πιάτο- First course	Λαχανικά ανάμικτα- Mixed vegetables	Μανιταρόσουπα - Mushroom soup	Πουρέ με μπέικον- Bacon mash	Κοτόσουπα-Chicken soup	Μινεστρόνε- Minestrone	Σούπα Λαχανικών- Vegetable soup	Ντοματόσουπα- Tomato soup
	Κυρίως Πιάτο, Γαρνίρισμα-Main Dish, Garnish	Σπαγγέτι Καρμπονάρα ή Πέννες στον φούρνο με τυριά-Spaghetti Carbonara or Pennes in the oven with cheeses	Μουσακάς ή Κοτόπουλο Μπιφτέκι με πατάτες- Moussaka or Chicken Burger with fries	Φασολάδα ή Αρακάς ανάμικτος-Mixed beans or peas	Κοτόπουλο ψητό με πατάτες ή Χοιρινό με πιπεριές και πιλάφι- Roast chicken with potatoes or Pork with peppers and pilaf	Σαρδέλα ψητή με πατάτες φούρνο ή Κριθαρότο μανιταριών	Μοσχαράκι κοκκινιστό με σπαγγέτι ή Μπριζόλα χοιρινή κρασάτη με πιλάφι- Braised veal with spaghetti or Pork steak with pilaf	Σουτζουκάκια με πουρέ ή Χοιρινό λεμονάτο με πιλάφι-Soutzoukaki with puree or Pork lemonade with pilaf
	Συνοδευτικά-Side dishes	Σαλάτα εποχής, Τυρί,Φρούτο-Seasonal salad, Cheese, Fruit	Ρυζόγαλο, Σαλάτα εποχής, Φρούτο-Rice pudding, seasonal salad, fruit	Σαλάτα εποχής, Ταραμοσαλάτα, Φρούτο-Seasonal salad, Taramos salad, Fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γλυκό -Seasonal salad, Fruit, Sweet	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Χαλβά- Seasonal salad, Fruit, Halva	Σαλάτα εποχής, Τυρί, Φρούτο- Seasonal salad, Cheese, Fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γάλα-Seasonal salad, Fruit, Milk
Δ Ε Ι Π Ν Ο- DINNER	Κυρίως Πιάτο Γαρνίρισμα-Main Dish, Garnish	Μπιφτέκια με πουρέ και σάλτσα μανιταριών ή Ομελέτα με λαχανικά και τυριά-Burgers with mash and mushroom sauce or Omelet with vegetables and cheeses	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πιλάφι ή Σουφλέ λαχανικών-Braised meatballs with pilaf or vegetable souffle	Σουπιά με σπανάκι ή Λαζανάκι με σάλτσα αλά κρεμ μανιτάρια- Cuttlefish with spinach or Lasanaki with mushroom cream sauce	Σπανακόρυζο ή Μπριάμ- Spinach or Briam	Γεμιστά λαδερά ή Μακαρόνια με κιμά- Stuffed oil or Spaghetti with minced meat	Λουκάνικο με πατάτες ή Μακαρόνια με κιμά- Sausage with potatoes or Macaroni with minced meat	Πίτσα ή Σπετσοφάι-Pizza or Spetsofai
	Συνοδευτικά-Side dishes	Σαλάτα εποχή, Φρούτο, Γάλα-Salad season, Fruit, Milk	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γλυκό - Seasonal salad, Fruit, Sweet	Σαλάτα εποχής, Ζελέ, Φρούτο- Seasonal salad, Jelly, Fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Τυρί-Seasonal salad, Fruit, Cheese	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Τυρί- Seasonal salad, Fruit, Cheese	Σαλάτα εποχής, Γλυκό, Φρούτο- Seasonal salad, Sweet, Fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Κρέμα- Seasonal salad, Fruit, Cream

ΜΕΝΟΥ νο 3- MENU No.3	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ- DATES	Δευτέρα-Monday	Τρίτη-Tuesday	Τετάρτη-Wednesday	Πέμπτη-Thursday	Παρασκευή- Friday	Σάββατο-Saturday	Κυριακή-Sunday
		12/2/24	13/2/24	14/2/24	15/2/24	16/2/24	17/2/24	18/2/24
		11/3/24	12/3/24	13/3/24	14/3/24	15/3/24	16/3/24	17/3/24
		8/4/24	9/4/24	10/4/24	11/4/24	12/4/24	13/4/24	14/4/24
		6/5/24	7/5/24	8/5/24	9/5/24	10/5/24	11/5/24	12/5/24
		3/6/24	4/6/24	5/6/24	6/6/24	7/6/24	8/6/24	9/6/24
Π Ρ Ω Ι Ν Ο- BREAKFAST		Γάλα φρέσκο ζεστό ή κρύο, Τσάι σε διάφορες γεύσεις, μαρμελάδες σε διάφορες γεύσεις, Μαργαρίνη, Μέλι, Φρυγανιές σίτου, Ψωμί, Κέικ- in various flavors, jams in various flavors, Margarine, Honey, Wheat toast, Bread, Cake						Fresh milk hot or cold, Tea
Γ Ε Υ Μ Α- LUNCH	Πρώτο Πιάτο- First course	Λαχανόρυζο-Cabbage rice	Χορτόσουπα- Vegetable soup	Ψαρόσουπα-Fish soup	Μινεστρόνε- Minestrone	Πίκλες-Pickles	Σούπα του Σεφ- Chef's soup	Κρεατόσουπα-Meat soup
	Κυρίως Πιάτο, Γαρνίρισμα-Main Dish, Garnish	Βίδες με σάλτσα Μεξικέν ή Σπαγγέτι Καρμπονάρα- Screws with Mexican sauce or Spaghetti Carbonara	Γιουβαρλάκια αυγολέμονο ή Πατάτες ογκρατέν με τυριά και μπέικον-Egg-lemon scrambled eggs or Potatoes au gratin with cheese and bacon	Ριζότο θαλασσινών ή Ψάρι Φιλέτο αλά Σπετσιώτα με πατάτες- Seafood risotto or Fish Fillet alla Speciota with potatoes	Μπιφτέκι κοτόπουλο με γιουβέτσι ή Χοιρινό ριγανάτο με πιλάφι- Chicken burger with juvetsi or Pork oregano with pilaf	Γίγαντες με χόρτα ή Φακές-Giants with greens or Lentils	Χοιρινό ψητό με πουρέ ή Σουτζουκάκια με πιλάφι-Roast pork with mash or Souzoukakia with pilaf	Μοσχαράκι γιουβέτσι ή Μπριζόλα Χοιρινή με πατάτες-Juvetsi veal or Pork steak with potatoes
	Συνοδευτικά-Side dishes	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γλυκό - Seasonal salad, Fruit, Sweet	Σαλάτα εποχής, Φρούτο,Γάλα - Seasonal salad, Fruit, Milk	Σαλάτα εποχής, Φρούτο,Χαλβά- Seasonal salad, Fruit, Halva	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γάλα-Seasonal salad, Fruit, Milk	Ταραμοσαλάτα, ελιές, Σαλάτα εποχής, Φρούτο - Taramo salad, olives, seasonal salad, fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο,Κομπόστα- Seasonal salad, Fruit, Rice milk	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Ρυζόγαλο-Seasonal salad, Fruit, Rice milk
Δ Ε Ι Π Ν Ο- DINNER	Κυρίως Πιάτο, Γαρνίρισμα-Main Dish, Garnish	Κοτόπουλο με κριθαράκι ή Μπιφτέκι πατάτες- Chicken with barley or Burger potatoes	Ομελέτα με πατάτες πυριέρι, αλλαντικά και τυριά ή Ριγκατόνι με σάλτσα τυριών- Omelette with potatoes, peppers, cold cuts and cheeses or Rigatoni with cheese sauce	Σπαγγέτι με σάλτσα Μεσογείου ή Αγγινάρες με αρακά καρότο και πατάτα-Spaghetti with Mediterranean sauce or Artichokes with peas, carrot and potato	Μπάμιες ή Φασολάκια με πατάτες-Okra or Beans with potatoes	Κεφτεδάκια δυόσμου με πουρέ ή Πέννες με σάλτσα ντομάτας και τυρί τριμμένο-Mint meatballs with mash or Pennes with tomato sauce and grated cheese	Μελιτζάνες παπουτσάκι ή Μακαρόνια με κιμά- Eggplant shoes or Spaghetti with minced meat	Χταπόδι κοφτό μακαρονάκι ή Λουκάνικο με πατάτες-Octopus cutlet macaroni or Sausage with potatoes
	Συνοδευτικά-Side dishes	Τυρί, Σαλάτα εποχής, Φρούτο	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Κρέμα Καραμελέ	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Κρέμα	Σαλάτα εποχής, Τυρί, Φρούτο	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γάλα	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Τυρί	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γλυκό

MENOY νο 4- MENU No.4								
MENOY νο 4- MENU No.4	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ- DATES	Δευτέρα-Monday	Τρίτη-Tuesday	Τετάρτη-Wednesday	Πέμπτη-Thursday	Παρασκευή-Friday	Σάββατο-Saturday	Κυριακή-Sunday
		19/2/24	20/2/24	21/2/24	22/2/24	23/2/24	24/2/24	25/2/24
		18/3/24	19/3/24	20/3/24	21/3/24	22/3/24	23/3/24	24/3/24
		15/4/24	16/4/24	17/4/24	18/4/24	19/4/24	20/4/24	21/4/24
		13/5/24	14/5/24	15/5/24	16/5/24	17/5/24	18/5/24	19/5/24
		10/6/24	11/6/24	12/6/24	13/6/24	14/6/24	15/6/24	16/6/24
Π Ρ Ω Ι Ν Ο- BREAKFAST		Γάλα φρέσκο ζεστό ή κρύο, Τσάι σε διάφορες γεύσεις, μαρμελάδες σε διάφορες γεύσεις, Μαργαρίνη, Μέλι, Φρυγανιές σίτου, Ψωμί, Κέικ- Fresh milk hot or cold, Tea in various flavors, jams in various flavors, Margarine, Honey, Wheat toast, Bread, Cake						
Γ Ε Υ Μ Α- LUNCH	Πρώτο Πιάτο- First course	Κολοκυθοπατάτες - Zucchini potatoes	Σούπα του Σέφ - Chef's Soup	Ντοματόσουπα - Tomato soup	Κοτόσουπα - Chicken soup	Πουρέ με μπέικον - Bacon mash	Κρεατόπουτα - Meatballs	Μινεστρόνε - Minestrone
	Κυρίως Πιάτο, Γαρνίρισμα- Main Dish, Garnish	Βίδες με σάλτσα Μεσογείου ή Φιογκάκια με σάλτσα Αματρισιάνια - Screws with Mediterranean sauce or Bows with Amatriciana sauce	Μπιφτέκι κοτόπουλο με πατάτες ή Χοιρινό λεμονάτο με πιλάφι - Chicken burger with potatoes or Pork lemonade with pilaf	Παστίτσιο μανιταριών ή Βακαλάος σκορδαλιά - Mushroom pasticcio or Vakalaos skordalia	Μακαρόνια με κιμά ή Κοτόπουλο πιλάφι - Spaghetti with minced meat or Chicken pilaf	Ρεβίθια σούπα ή Φακές - Chickpea soup or Lentils	Μοσχάρακι λεμονάτο με πιλάφι ή Μπριζόλα χοιρινή με πατάτες - Lemonny veal with pilaf or Pork steak with potatoes	Χοιρινό Κρητικό με πιλάφι ή Γαλοπούλα με με σάλτσα μουστάρδας και πουρέ - Cretan pork with pilaf or Turkey with mustard sauce and mash
	Συνοδευτικά- Side dishes	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γλυκό - Seasonal salad, Fruit, Sweet	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γάλα - Seasonal salad, Fruit, Milk	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Χαλβά - Seasonal salad, Fruit, Halva	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γάλα - Seasonal salad, Fruit, Milk	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Ταραμοσαλάτα, Ελιές - Seasonal salad, Fruit, Taramos salad, Olives	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Ρώσικη- Seasonal salad, Fruit, Russian	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Κρέμα- Seasonal salad, Fruit, Cream
Δ Ε Ι Π Ν Ο- DINNER	Κυρίως Πιάτο Γαρνίρισμα- Main Dish, Garnish	Κεφτεδάκια κοκκινιστά με πιλάφι ή Γουβαρλάκια αυγολέμονο- Fried meatballs with pilaf or Yuvarlakia with egg and lemon	Λαχανοντολμάδες ή Σουφλέ ζυμαρικών με τυριά και αλλαντικά - Cabbage dumplings or pasta souffle with cheeses and cold meats	Αρακάς με καρότο ή Φασολάκια με πατάτες- Peas with carrot or Beans with potatoes	Σουτζουκάκια με πουρέ ή Πατάτες ογκρατέν- Souzouka with puree or Potatoes au gratin	Καλαμαράκια γιαχνί με πιλάφι ή Λαζανάκι με σάλτσα ντομάτας με τυρί τριμμένο- Squid stew with pilaf or Lasagna with tomato sauce and grated cheese	Ομελέτα με λαχανικά και τυριά ή Σνίτσελ κοτόπουλο με πουρέ- Omelet with vegetables and cheeses or chicken schnitzel with mash	Πίτσα ή Λουκάνικο με πατάτες- Pizza or Sausage with potatoes
	Συνοδευτικά- Side dishes	Τυρί, Σαλάτα εποχής, Φρούτο- Cheese, seasonal salad, fruit	Σαλάτα εποχής, Γιαούρτι, Φρούτο- Seasonal salad, Yoghurt, Fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Τυρί- Seasonal salad, Fruit, Cheese	Σαλάτα εποχής, Φρούτο- Seasonal salad, Fruit	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γάλα- Seasonal salad, Fruit, Milk	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Τυρί- Seasonal salad, Fruit, Cheese	Σαλάτα εποχής, Φρούτο, Γλυκό- Seasonal salad, Fruit, Sweet