

**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΛΑΙΧΩΡΙΟΥ (ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΕΝΙΑΙΟ ΟΛΟΗΜΕΡΟ)**

Ελευθερίας 73, 2740 Παλαιχώρι

Τηλ.:22642727 Τηλεομ.:22816503

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: dim-palaichori-lef@schools.ac.cy

Αγαπητοί γονείς,

Σας αποστέλλουμε το μενού της σίτισης για τους μήνες Σεπτέμβριο και Οκτώβριο. Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι σε περίπτωση που θέλετε να κάνετε εισηγήσεις όσον αφορά τη σίτιση των παιδιών, είμαστε στη διάθεσή σας.

Δευτέρα	Τρίτη	Πέμπτη	Παρασκευή
14/09	15/09	17/09	18/09
Σπαγγέτι με κιμά, τρίμμα, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Μπιζέλι με κοτόπουλο, καρότο, πατάτες, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Ψάρι με ρύζι, λαχανικά, ψωμί	Φακές, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα
Χυμός	Φρούτο	Χυμός	Γλυκό
21/09	22/09	24/09	25/09
Κριθαράκι με κιμά, τρίμμα, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Κοτομπουκιές με πουρέ, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Κουπέπια, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Λουβί, τόνος, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα
Χυμός	Φρούτο	Χυμός	Γλυκό
28/09	29/09	01/10 ΑΡΓΙΑ	02/10
Μακαρόνια χωριάτικα, ραβιόλες, τρίμμα, ψωμί, γιαούρτι, αγγουράκι	Ψάρι με ρύζι, λαχανικά, ψωμί, γιαούρτι		Φασόλια με πατάτες και καρότο, τόνο, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα
Χυμός	Φρούτο		Γλυκό
05/10	06/10	08/10	09/10
Μακαρόνια του φούρνου, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Κοτόπουλο στον φούρνο, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Μπιφτέκι στο ψωμί με αγγουράκι και ντομάτα, γιαούρτι	Φακές, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα
Χυμός	Φρούτο	Χυμός	Γλυκό
12/10	13/10	15/10	16/10
Τρικολόρε στον φούρνο, τρίμμα, ψωμί, γιαούρτι, αγγουράκι	Ψάρι με ρύζι, λαχανικά, ψωμί, γιαούρτι	Κεφτέδες, πουργούρι, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Ρεβίθια με πατάτες, καρότο, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα
Χυμός	Φρούτο	Χυμός	Γλυκό
19/10	20/10	22/10	23/10
Σπαγγέτι με κιμά, τρίμμα, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Κοτομπουκιές με πουρέ, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Κουπέπια, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Λουβί, τόνος, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα
Χυμός	Φρούτο	Χυμός	Γλυκό
26/10	27/10	29/10	30/10
Κριθαράκι με κιμά, τρίμμα, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Φασολάκι με κοτόπουλο, πατάτες, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα	Ψάρι με ρύζι, λαχανικά, ψωμί, αγγουράκι - ντομάτα	Φασόλια με πατάτες και καρότο, τόνο, ψωμί, γιαούρτι, σαλάτα
Χυμός	Φρούτο	Χυμός	Γλυκό