

# ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΙ Α.Ε.

## ΑΜΑΛΘΕΙΑ

### Συγκεντρωτικό Πρόγραμμα Σίτισης Τεσσάρων (4) Εβδομάδων

#### 1<sup>η</sup> ΚΑΙ 3<sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ

Δ Ε Υ Τ Ε Ρ Α	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Ρυζότο με σαλτσα λαχανικών <b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b> Φασολάδα ή Φακές <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα - Φρούτο - Τυρί - ελιές	<b>ΔΕΙΠΝΩ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Μινεστρόνε <b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b> Σουτζουκίγια σιμυρέκια με πατάτες ή Μακαρόνια κοφτά με κιμά <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα - Φρούτο
Τ Ρ Ι Υ Η	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Σούπα ζυμαρικών <b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b> Καρμπονάρα ή Μπιφτέκι κοτόπουλου με σαλτσα μούστάρδας και πουρέ <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Τυρί - Σαλάτα - Φρούτο	<b>ΔΕΙΠΝΩ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Μανιταρόσουπα <b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b> Κριθαρότο θαλασσίων ή Γεμιστά λαδερά <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Τυρί - Φρούτο
Υ Ε Τ Α Ρ Τ Η	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Ψαρόσουπα <b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b> Ψαροκοκτέες με ούζι (λεμονάτη σάλτσα) ή Σαρδέλα φιλέτο λαδορίγανη με πατάτες φούρνου <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα - Φρούτο	<b>ΔΕΙΠΝΩ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Χορτόσουπα <b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b> Ομελέτα με πατάτες και μπεικόν ή Πένες με ντομάτα και τυρί  <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Τυρί - Γλυκό
Π Ε Μ Π Τ Η	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Κοτόσουπα <b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b> Χοιινό ψητό με πουρέ ή Σνίτσελ κοτόπουλο με λεμονάτη σάλτσα & κοφτό μακαρονάκι <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Φρούτο - Σαλάτα	<b>ΔΕΙΠΝΩ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Σούπα λαχανικών  <b>ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ</b> Καλαμαρόκια κοκκιλωτά με πιλάφι ή Ασπικάνικα Φρανκφούρης με πατάτες  <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα - Κομπόστα

# ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΗ Α.Ε.

## ΑΜΑΛΓΩΓΙΑ

1<sup>η</sup> ΚΑΙ 3<sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ

Π Α Ρ Α Σ Κ Ε Υ Η	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Σούπα του σεφ <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Φασολάκια λαβερά με πατάτες ή Αρακάς - καρότα - πατάτες ανάμικτα <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Τυρί -Ζελέ	<b>ΔΕΙΠΝΟ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Πουρές με μπέικον <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Γιουβαρλάκια αυγαλέμονο ή Επετασφάκι <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Φρούτο-Γιαούρτι
Σ Α Β Β Α Τ Ο	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Μενεστρόνε <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Σουτζουκάκια φριγανίτικα με κριθάρaki ή Μπριζόλα χοιρινή με πατάφι <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Ρυζόγαλο	<b>ΔΕΙΠΝΟ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Σούπα ξυμαρικών <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Ρυζότο θαλασσιών ή Σουφλέ με πατάτες, τυριά & μπέικον <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Φρούτο
Κ Υ Ρ Ι Α Κ Η	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Σούπα του σεφ <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Μακαρόνια με κιμά ή Λουάκι με πατάτες φούρνου <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Φρούτο-Τζατζικι	<b>ΔΕΙΠΝΟ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Μανιταρόσουπα <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Μπριάμ (κολοκυθοπατάτες) ή Τορτελίνια με τυρί <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Ρίσιση-Γλυκό

# ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΗ Α.Ε.

## ΑΜΑΛΟΓΕΙΑ

Συγκεκριμενικό Πρόγραμμα Σίτισης Τεσσάρων (4) Εβδομάδων

2<sup>η</sup> ΚΑΙ 4<sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ

Δ Ε Υ Τ Ε Ρ Α	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπια ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Πουρές με μπέικον/ <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Γίγαντες κλακι ή Αρακάς – καρότα – πατάτες ανάμικτα <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Τυρί-Φρούτο	<b>ΔΕΙΠΝΟ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Χορτόσουπα <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Ομελέτα σπέσιαλ ή Ριζότο με ζιμπόνι-μπέικον και μανιτάρια <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Φρούτο-Γαλοπούλα
Τ Ρ Ι Τ Η	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπια ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Ζούπα του σεφ <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Μακαρόνια με κινέ ή Χοιρινό ριζανάτο με πουρέ  <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Φρούτο	<b>ΔΕΙΠΝΟ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Τραχανάς <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Μπριάζι (κολοκυθοσκαπτάς) ή Γεμιστά λαδερά  <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Κομπόστα-Τυρί
Υ Ε Τ Α Ρ Τ Η	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπια ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Ψαρόσουπα <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Γαλλός φούρνου με πατάτες λεμονάτες ή Βακαλάος φρέσκο με ρόζι και λεμονάτη σάλτσα  <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Φρούτο	<b>ΔΕΙΠΝΟ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Σπανακάπια <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Γουβαρήκια κοκκινιστά με πουρέ ή Καλαμαρόκια κραστά με πλάφι  <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Φρούτο-Γαλοπούλα
Π Ε Μ Π Τ Η	<b>ΠΡΩΙΝΟ</b> Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπια ψωμί, φρυγανιές.	<b>ΓΕΥΜΑ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Κρεατόσουπα <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Μοσχάρι κοκκινιστό με κριθαράκι ή Κοτόπουλο αντίστροφο με λεμονάτη σάλτσα & ρόζι <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Φρούτο	<b>ΔΕΙΠΝΟ</b> <b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Τυρόπια <b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Λαχανικά ανάμικτα ή Σπανακόρυζο  <b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Φρούτο-Τυρί

# ΑΦΟΙ ΚΟΜΠΑΤΣΙΑΡΙ Α.Ε.

## ΑΜΑΛΘΕΙΑ

### 2<sup>η</sup> ΚΑΙ 4<sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ

Π Α Ρ Α Σ Κ Ε Υ Η	<p><b>ΠΡΩΙΝΟ</b></p> <p>Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.</p>	<p><b>ΓΕΥΜΑ</b></p> <p><b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Πύλες με ελιές</p> <p><b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Φαρόλια σούπα</p> <p>ή</p> <p>Φακές</p> <p><b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Τυρί-Φρούτο-Ζελέ</p>	<p><b>ΔΕΙΠΝΩ</b></p> <p><b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Τραχανάς</p> <p><b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Μπιφτέκι σκόρας με ρόζι</p> <p>ή</p> <p>Λουκάνικο χωριάτικο με πατάτες</p> <p><b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Φρούτο-Τυρί</p>
Σ Α Β Β Α Τ Ο	<p><b>ΠΡΩΙΝΟ</b></p> <p>Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.</p>	<p><b>ΓΕΥΜΑ</b></p> <p><b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Σούπα του Σεφ</p> <p><b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Παστίτσιο</p> <p>ή</p> <p>Σουτζουκάκια ψητά στη σχάρα με ρόζι</p> <p><b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Κομπότσι</p>	<p><b>ΔΕΙΠΝΩ</b></p> <p><b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Μινεστρόνα</p> <p><b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Σουφλέ με πατάτες και μπέικον</p> <p>ή</p> <p>Κοφτό μακαρονάκι με σάλτσα 4 τυριών</p> <p><b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Γλυκό-Τυρί</p>
Κ Υ Ρ Ι Α Κ Η	<p><b>ΠΡΩΙΝΟ</b></p> <p>Τσάι, γάλα, καφές φίλτρου, καφές στιγμιαίος, χυμός, μαρμελάδα, μέλι, βούτυρο, Αυγό, Ζυμαρόπιτα ψωμί, φρυγανιές.</p>	<p><b>ΓΕΥΜΑ</b></p> <p><b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Κοτόσουπα</p> <p><b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Κατόπουλο ψητό με σως μουστάρδας &amp; πιλάφι</p> <p>ή</p> <p>Αρνάκι φρικασέ</p> <p><b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Φρούτο</p>	<p><b>ΔΕΙΠΝΩ</b></p> <p><b>ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ</b> Χαρτόσουπα</p> <p><b>ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΟ</b> Ομελέτα με πατάτες και μπέικον</p> <p>ή</p> <p>Μελιτζάνες με πατάτες ραγού</p> <p><b>ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ</b> Σαλάτα-Τυρί-Γιαούρτι</p>