

MENΟΥ

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

01

1. ΧΩΡΙΣ ΦΑΓΗΤΟ

02

1. Γίγαντες φούρνου πλακί
2. Καρμπονάρα
3. Κοτόπουλο κατσιατόρε
4. Χοιρινό με πράσο

03

1. Κοτόσουπα
2. Κανελόνια κιμά
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι
4. Ρυζότο με θαλασσινά

05

1. Φασολάδα σούπα
2. Λαχανοντολμάδες
3. Ριγγάτονι 4τυρια
4. Μοσχ.με
πατατ.λεμονάτο

06

07

1. Αγκινάρες αρακά
2. Γιουβαρλάκια σούπα
3. Κοτόπουλο ριγανάτο
4. Μακαρ κοφτό με
χταπόδι

08

1. Γεμιστά ορφανά
2. Κεμπάπ με πατάτες
3. Κρέπες κοτόπουλο
4. Μοσχάρι γιουβέτσι

09

1. Σπαγγέτι αραμπιάτα
2. Κεφτέδες κοκκ με πένες
3. Κοτόπουλο με μέλι
μουστ
4. Χοιρινό ψαρονέφρι σωτέ

10

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Κανελόνια κιμά
3. Κοτόπουλο ψητό
4. Πέρκα πλακί

12

1. Γίγαντες φούρνου πλακί
2. Μπιφτέκια γεμιστά
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Μοσχάρι στιφάδο

13

1. Φασολάκια πατάτες
2. Μελιτζάνες παπουτσάκια
3. Κοτόπουλο μέλι
μουστάρδα
4. Γαριδομακαρονάδα

14

1. Γεμιστά ορφανά
2. Παστίτσιο
3. Κοτομπουκιές με
πατάτες
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

15

1. Φακές σούπα
2. Σεφταλιές κυπριακές
3. Καρμπονάρα
4. Χοιρινό τας κεμπάπ
πουρέ

16

1. Σπανακόρυζο
2. Σουτζουκάκια ρύζι
3. Μουσακάς
4. Χοιρινή μπριζόλα
πατάτες

17

1. Μελιτζάνες με τυρια
2. Λαζάνια με κιμά
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο
4. Καραμελωμένη
πανσέτα

19

1. Μανιταρόσουπα
2. Λαχανοντολμάδες
3. Μπιφτέκι κοτόπουλο
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

20

1. Γίγαντες πλακί με
λουκάνικο
2. Παστίτσιο
3. Κοτοπόπουλο ψητό
4. Χοιρινό πρασάτο

21

1. Γεμιστά ορφανά
2. Κοτόπουλο μπούτι
φιλέτο ψητό
3. Ριγγάτονι 4τυρια
4. Χοιρινό σοφρίτο

22

1. Λαχανόρυζο
2. Κεφτεδάκια κοκκινιστά
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Πέρκα με λαχανικά
ατμού

23

1. Φασολάδα σούπα
2. Σνίτσελ κοτόπουλο
3. Μουσακάς
4. Μοσχάρι νουά ψητό
ρύζι

24

1. Φάβα
2. Μπιφτέκια μοσχарίσια
3. Κρέπες κοτόπουλο
4. Σπετσοφάι

26

1. Γιουβέτσι με μανιτάρια
2. Μπιφτέκια κοτόπουλο
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Καραμελωμένη
πανσέτα

27

1. Πρασόρυζο
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Μοσχάρι λεμονάτο

28

1. Ρεβύθια με σπανάκι
2. Γιουβαρλάκια πατάτες
3. Κοτόπουλο ριγανάτο
4. Κριθαρότο με γαρίδες

29

1. Μελιτζάνες με τυρια
2. Μπιφτέκια μοσχарίσια
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο
4. Μοσχάρι γιουβέτσι

30

1. Σπαγγέτι αραμπιάτα
2. Κεφτέδες κοκκ με πένες
3. Κοτόπουλο με μέλι
μουστ
4. Χοιρινό ψαρονέφρι σωτέ

31

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Κανελόνια κιμά
3. Κοτόπουλο χυλοπίτες
4. Πέρκα πλακί

MENΟΥ

ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

02

1. Κοτόσουπα
2. Σουτζουκάκια ρύζι
3. Καρμπονάρα
4. Χοιρινή μπριζ πατάτες

03

1. Φασολάκια πατάτες
2. Μπιφτέκι γεμιστό πατάτες
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο
4. Μοσχάρι στιφάδο

04

1. Γεμιστά ορφανά
2. Γιουβαρλάκια σούπα
3. Κοτόπουλο ριγανάτο πατάτες
4. Τσιπούρα ψητή λαχανικά

05

1. Μελιτζάνες ιμάμ
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι στρογκανώφ ρύζι

06

1. Λαχανόρυζο
2. Μουσακάς
3. Κεμπάπ με πατάτες
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ ρύζι

07

1. Σπανακόρυζο
2. Σπετσοφάι
3. Μπιφτέκι κοτόπουλο
4. Μοσχάρι κοκκ μακαρόνια

09

1. Φασολάδα σούπα
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο ταλιατέλες
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

10

1. Αρακά με πατάτες
2. Κεφτεδάκια πέννες
3. Κοτόπουλο μπάμιες
4. Χοιρινό ριγανάτο πατ

11

1. Γεμιστά ορφανά
2. Ριγκατόνι 4 τυριά
3. Κοτόπουλο φούρνου πατάτες
4. Πέρκα με λαχανικά

12

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Σεφταλιές κυπριακές
4. Χοιρινή μπριζ πατάτες

13

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

14

1. Φάβα
2. Γαλοπούλα φιλέτο λαχανικά
3. Κριθαράκι με γαρίδες
4. Χοιρινό γκιούλμασι

16

1. Φακές
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο μπάμιες
4. Μακαρ κοφτό με χταπόδι

17

1. Πρασόρυζο με δαμάσκηνα
2. Μπιφτέκια μοσχαρίσια πατάτες
3. Κοτόπουλο ρολό ρύζι
4. Πένες με καπν. σολωμό

18

1. Γεμιστά ορφανά
2. Γιουβαρλάκια σούπα
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Χοιρινό φρικασέ

19

1. Φασολάκια πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι κοκκινιστό ρύζι

20

1. Κοτόσουπα
2. Μελιτζ.παπουτσάκια
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Σουπιές με σπανάκι

21

1. Λαχανόρυζο κοκκινιστό
2. Κανελόνια κιμά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστ
4. Πέρκα πλακί

23

24

1. Γίγαντες πλακί φούρνου
2. Σουφλέ με τυριά και μπεικον
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι πατάτες
4. Χοιρινό τας κεμπάπ ρ'ζι

25

1. Γεμιστά
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Σοφρίτο με πουρέ πατάτας

26

1. Μυδοπίλαφο
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο φιλ με κάρυ
4. Μοσχάρι με χυλοπίτες

27

1. Ρεβύθια σούπα
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο φούρνου πατάτες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

28

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Σικώτι μοσχαρίσιο
3. Λαζάνια με κιμά
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ ρύζι

MENOU

MARTIOS 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

02

1. Μελιτζάνες με τυριά
2. Μπιφτέκια μοσχαρίσια
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Μοσχάρι γιουβέτσι

03

1. Ντολμαδάκια γιαλαντζί
2. Γαριδομακαρονάδα
3. Κοτόπουλο ρολό ρύζι
4. Χοιρινό ριγανάτο πατάτες

04

1. Γεμιστά ορφανά
2. Γιουβαρλάκια
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο ρύζι
4. Μπεκρή μεζέ πουρέ

05

1. Φασολάκια πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Χοιρινή κοκκινιστή ρύζι

06

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

07

1. φακή σούπα
2. Κανελόνια κιμά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστ
4. Πένες με καπν. σολωμό

09

1. Φασολάδα σούπα
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο ταλιατέλες
4. Μοσχάρι λεμονάτο

10

1. Αρακά με πατάτες
2. Κεφτεδάκια πέννες
3. Κοτόπουλο μπάμιες
4. Χοιρινό ριγανάτο

11

1. Γεμιστά ορφανά
2. Ριγκατόνι 4 τυριά
3. Κοτόπουλο φούρνου πατάτες
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ ρύζι

12

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι πατάτες
4. Χοιρινή μπριζ πατάτες

13

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

14

1. Φάβα
2. Γαλοπούλα φιλέτο λαχανικά
3. Κριθαράκι με γαρίδες
4. Χοιρινό ρολό πατάτες

16

1. Σπανακόρυζο
2. Κρέπες κοτόπουλο τυρί
3. Καρμπονάρα
4. Μοσχάρι στιφάδο ρύζι

17

1. Πρασόρυζο
2. Μπιφτέκια μοσχαρίσια πατάτες
3. Κοτόπουλο ρολό ρύζι
4. Μακαρ κοφτό με χταπόδι

18

1. Γεμιστά ορφανά
2. Γιουβαρλάκια
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Τσιπούρα ψητή λαχανικά

19

1. Φασολάκια πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι κοκκινιστό μακαρ

20

1. Κοτόσουπα
2. Μελιτζ.παπουτσάκια
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Σουπιές με σπανάκι

21

1. Λαχανόρυζο
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστ
4. Καραμελ.πανσέτα ρύζι

23

1. φακή σούπα
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι πατάτες
4. Μοσχάρι λεμονάτο

24

1. Γεμιστά
2. Καρμονάρα
3. Κοτόπουλο χυλοπίτες
4. Πέρκα πλακί

25

26

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο φιλ με κάρυ
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

27

1. Ρεβύθια σούπα
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο φούρνου πατάτες
4. Ρυζότο με θαλασσινά

28

1. Κριθαρότο με μανιτάρια
2. Μπιφτέκια μοσχαρίσια πατάτες
3. Κεφτεδάκια πέννες
4. Κοτόπουλο γλυκόξινο

30

1. Αρακά με πατάτες
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο ρολό ρύζι
4. Μακαρ κοφτό με χταπόδι

31

1. Γίγαντες πλακί φούρνου
2. Σουφλέ με τυριά και μπεικον
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι πατάτες
4. Χοιρινό τας κεμπάπ

MENΟΥ

ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

01

1. Γεμιστά
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Κριθαράκι γαρίδες

02

1. Μυδοπίλαφο
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο φιλ με κάρυ
4. Μοσχάρι με χυλοπίτες

03

1. Σπανακόρυζο
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο φούρνου πατάτες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

04

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Συκώτι μοσχарίσιο
3. Λαζάνια με κιμά
4. Σαρδέλα φούρνου πατ/τα

06

1. Μανιταρόσουπα
2. Μπιφτέκια λαχανικών
3. Γαλοπούλα λαχανικά ατμού
4. Χταπόδι μακαρονάκι κοφτό

07

1. Γεμιστά
2. Σπαγγέτι με μελιτζάνες
3. Ψαροκροκέτες ψητές
4. Χοιρινό κρασάτο

08

1. Σπανακόρυζο
2. Πέννες αραμπιάτα
3. Μελιτζάνες ιμάμ
4. Μοσχάρι τας κεμπάπ ρύζι

09

1. Ντολμαδάκια γιαλαντζί
2. Κριθαρότο με μανιτάρια
3. Τορτελίνια νάπολι
4. Μυδοπίλαφο

10

1. ΧΩΡΙΣ ΦΑΓΗΤΟ

11

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μαγειρίτσα
3. Χοιρινό φρικασέ
4. Σεφταλιές κυπριακές

13

14

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Μακαρόνια κιμά
3. Κοτόπουλο φούρνου πατάτες
4. Μοσχάρι λεμονάτο

15

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Μπιφτέκια φούρνου
3. Κοτόπουλο ταλιατέλες
4. Πέρκα πλακί

16

1. Γεμιστά
2. Πέννες 4τυριά
3. Κανελόνια κιμα
4. Φιλ.κοτόπουλο αλα κρεμ

17

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μουσακάς
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Γαριδομακαρονάδα

18

1. Φάβα
2. Κρέπες ζαμπόν μπέικον
3. Κεφτεδάκια πέννες
4. Χοιρινή ψητή πατάτες

20

1. Μελιτζάνες φέτα
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

21

1. Αρακάς με πατάτες
2. Καρπονάρα
3. Κοτόπουλο χυλοπίτες
4. Τσιπούρα ψητή

22

1. Γεμιστά
2. Σεφταλιές κυπριακές
3. Κοτόπουλο κατσιατόρε
4. Χοιρινό γκιούλμασι

23

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο
4. Μοσχάρι χυλοπίτες

24

1. Μπάμιες κοκκινιστες
2. Μελιτζ.παπουτσάκια
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Φτερούγες ψητές BBQ

25

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Σπετοφάι
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστ
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

27

1. Αγκινάρες αλα.πολίτα
2. Κρέπες κοτόπουλο
3. Μπιφτέκι γεμιστό πατάτες
4. Σολωμό με πέννες

28

1. Γεμιστά
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Μπεκρή μεζέ με πουρέ

29

1. Φασολάκια πατάτες
2. Λαζάνια με κιμά
3. Κεφτέδες φούρνου
4. Μοσχάρι νουά

30

1. Λαχανόρυζο
2. Μουσακά
3. Κοτόπ κοκ μακαρόνια
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ

MENΟΥ

ΜΑΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

01

02

1. Μελιτζάνες φέτα
2. Κοτομπουκιές
3. Ριγγατόνι 4τυριά
4. Χοιρινή ψητή

04

1. Αγκινάρες με αρακά
2. Λαχανοντολμάδες
3. Καρμπονάρα
4. Μοσχάρι με χυλοπίτες

05

1. Πρασόρυζο
2. Μπιφτέκια μοσχαρίσια πατάτες
3. Κοτόπουλο ρολό ρύζι
4. Ριγγατόνι 4τυριά

06

1. Γεμιστά ορφανά
2. Κεφτεδάκια πέννες
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Τσιπούρα ψητή λαχανικά

07

1. Φασολάκια πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι κοκκινιστό μακαρ

08

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Μουσακάς
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Γαριδομακαρονάδα

09

1. Λαχανόρυζο
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστ
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

11

1. Μελιτζάνες φέτα
2. Κολοκυθάκια γεμιστά
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Σοφρίτο με πουρέ πατάτας

12

1. Αρακάς με πατάτες
2. Σεφταλιές κυπριακές
3. Κοτόπουλο γλυκοξινο
4. Χοιρινή κοκκινιστή πουρέ

13

1. Γεμιστά με κιμά
2. Κεμπάπ πατάτες
3. Γαλοπούλα λαχαχανικά
4. Μοσχάρι νουά

14

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο
4. Μοσχάρι χυλοπίτες

15

1. Μπάμιες κοκκινιστες
2. Μελιτζ.παπουτσάκια
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Φτερούγες ψητές BBQ

16

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Σπετοφάι
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

18

1. Σπανακόρυζο
2. Κρέπες ζαμπόν μπέικον
3. Μπιφτέκι γεμιστό πατάτες
4. Σολωμό με πέννες

19

1. Γεμιστά
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Μπεκρή μεζέ με πουρέ

20

1. Φασολάκια πατάτες
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κεφτέδες φούρνου
4. Μοσχάρι νουά

21

1. Γίγαντες πλακί φούρνου
2. Μουσακά
3. Κοτόπ κοκ μακαρόνια
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ

22

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο κατσιατόρε
4. Χοιρινό ρολό γεμιστό

23

1. Μελιτζάνες φέτα
2. Κοτομπουκιές
3. Ριγγατόνι 4τυριά
4. Χοιρινή ψητή

25

1. Αρακά με καρότα
2. Γιουβαρλάκια πατάτες
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

26

1. Γίγαντες με λουκάνικα
2. Λαζάνια με κιμά
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι
4. Πέρκα ψητή με μουστάρδα

27

1. Γεμιστά
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Σοφρίτο με πουρέ πατάτας

28

1. Φασολάκια πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο φιλ με κάρυ
4. Γιουβέτσι με γαρίδες

29

1. Σπανακόρυζο
2. Μουσακάς
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ

30

1. Κριθαρότο με μανιτάρια
2. Καρμπονάρα
3. Μπιφτέκια φούρνου
4. Μοσχάρι με χυλοπίτες

MENΟΥ

ΙΟΥΝΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

01

1. Μπάμιες κοκκινιστές
2. Κρέπες κοτόπουλο
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Χοιρινό ρολό με πατάτες

ΤΡΙΤΗ

02

1. Λαχανόρυζο με σαφράν
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο ρολό πατάτες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

ΤΕΤΑΡΤΗ

03

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Παστίτσιο
3. Κεφτέδες κοκκ πέννες
4. Μοσχάρι στρογκανώφ ρύζι

ΠΕΜΠΤΗ

04

1. Γεμιστά με κιμά
2. Κεφτεδάκια πουρέ
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο ρύζι
4. Μοσχάρι γιουβέτσι

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

05

1. Ντολμαδάκια με σος γιαούρτι
2. Μουσακά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουςτ
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ ρύζι

ΣΑΒΒΑΤΟ

06

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Κανελόνια κιμά
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Σολωμός φέτα με πατ/λατα

08

1. Αρακά με καρότα
2. Κολοκυθάκια γεμιστά
3. Κοτόπουλο ταλιατέλες
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

09

1. Μελιτζάνες ιμάμ
2. Μπιφτέκια με τυρί&τομάτα
3. Κοτόπουλο μπάμιες
4. Χοιρινό με μελιτζάνες ραγού

10

1. Γεμιστά
2. Ριγκατόνι 4 τυριά
3. Γαλοπούλα λαχανικά
4. Μοσχάρι κοκκ μακαρόνια

11

1. Φασολάκια πατάτες
2. Σουτζουκάκια ρύζι
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι πατάτες
4. Τσιπούρα ψητή λαχανικά

12

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μουσακάς
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Γαριδομακαρονάδα

13

1. Φάβα
2. Λαζάνια με σπανάκι και φέτα
3. Κεφτεδάκια κοκκ πιλάφι
4. Χοιρινή ψητή πατάτες

15

1. Αγκινάρες αλα.πολίτα
2. Κρέπες ζαμπ.μπέικον
3. Μπιφτέκι γεμιστό πατάτες
4. Σολωμό με πέννες

16

1. Γεμιστά ορφανά
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο φούρνου πατάτες
4. Σοφρίτο με πουρέ πατάτες

17

1. Μελιτζάνες ιμάμ με φέτα
2. Κανελόνια με κιμά
3. Κεφτέδες φούρνου πατάτες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

18

1. Σπαγγέτι αραμπιάτα
2. Μουσακά
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο ρύζι
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ ρύζι

19

1. Αρακάς με πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

20

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Κεμπάπ με πατάτες
3. Ριγκατόνι 4τυριά
4. Χοιρινή ψητή ρυζότο

22

1. Ντολμαδάκια με σος γιαούρτι
2. Κολοκυθάκια γεμιστά
3. Κοτόπουλο ρολό ρύζι
4. Καραμ πανσέτα πατάτες

23

1. Φασολάκια με πατάτες
2. Μουσακάς
3. Φιλέτο κοτοπ ταλιατέλες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

24

1. Γεμιστά ορφανά
2. Σεφταλιές πατάτες
3. Κοτόπουλο ριγανάτο πατάτες
4. Χοιρινό αλα κρέμ ρύζι

25

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι τας κεμπάπ ρύζι

26

1. Μπάμιες κοκκινιστες
2. Κεφτέδες κοκκ πουρέ
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Πέρκα φιλ πατατοσαλάτα

27

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Κανελόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουςτ
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

29

1. Αρακά με καρότα
2. Γιουβαρλάκια πατάτες
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

30

1. Γίγαντες φούρνου
2. Σουφλέ μπέικον τυριά
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι
4. Πέρκα ψητή με μουστάρδα

MENΟΥ

ΙΟΥΛΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

01

1. Γεμιστά ορφανά
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Σοφρίτο με πουρέ πατάτας

02

1. Φασολάκια πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο φιλ με κάρυ
4. Γιουβέτσι με γαρίδες

03

1. Σπανακόρυζο
2. Μουσακάς
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ

04

1. Κριθαρότο με μανιτάρια
2. Καρμπονάρα
3. Μπιφτέκια φούρνου
4. Μοσχάρι με χυλοπίτες

06

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Κολοκυθάκια γεμιστά
3. Κοτόπουλο ρολό πατ
4. Χοιρινό τας κεμπάπ ρύζι

07

1. Μπάμιες κοκκινιστες
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι πατάτες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

08

1. Γεμιστά
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο κατσιατόρε
4. Χοιρινή ψητή με ρυζότο

09

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο
4. Μοσχάρι τας κεμπάπ

10

1. Γίγαντες φούρνου
2. Κεφτέδες κοκκ πουρέ
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Φτερούγες κοτ sos BBQ

11

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Κανελόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστ
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

13

1. Αγκινάρες με αρακά
2. Κρέπες κοτόπουλο
3. Μπιφτέκι αλα κρέμ
4. Σολωμό με πέννες

14

1. Γεμιστά
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Σοφρίτο με πουρέ πατάτας

15

1. Μελιτζάνες ιμάμ με φέτα
2. Λαζάνια με κιμά
3. Κεφτέδες φούρνου
4. Μοσχάρι νουά

16

1. Σπαγγέτι αραμπιάτα
2. Μουσακά
3. Κοτόπ κοκ μακαρόνια
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ

17

1. Αρακά με καρότα
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Μοσχάρι λεμονάτο

18

1. Φάβα
2. Κεμπάπ με πατάτες
3. Ριγγατόνι 4τυριά
4. Τσιπούρα ψητή λαχ/κά

20

1. Ντολμαδάκια με σος γιαούρτι
2. Κολοκυθάκια γεμιστά
3. Κοτόπουλο ρολό ρύζι
4. Καραμ πανσέτα πατάτες

21

1. Φασολάκια με πατάτες
2. Μουσακάς
3. Φιλέτο κοτοπ ταλιατέλες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

22

1. Γεμιστά
2. Σεφταλιές πατάτες
3. Κοτόπουλο ριγανάτο πατάτες
4. Χοιρινό αλα κρέμ ρύζι

23

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι κοκκ μακαρόνια

24

1. Μπάμιες κοκκινιστες
2. Κεφτέδες κοκκ πουρέ
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Πέρκα πλακί

25

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Κανελόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστ
4. Μοσχάρι τας κεμπάπ

27

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Κρέπες 4τυριά
3. Καρμπονάρα
4. Χοιρινό ρολό γεμιστό

28

1. Πρασόρυζο
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο ρολό πατάτες
4. Τσιπούρα ψητή λαχ/κά

29

1. Γεμιστά
2. Κοτόπουλο μπιφτέκι πατάτες
3. Σπετσοφάι με μελιτζάνα
4. Ρυζότο με θαλασσινά

30

1. Σπανακόρυζο
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο
4. Μοσχάρι γιουβέτσι

31

1. Ντολμαδάκια με σος γιαούρτι
2. Παπουτσάκια
3. Σεφταλιές κυπριακές
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ

MENΟΥ
ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
					01 1. Σπαγγέτι αραμπιάτα 2. Κανελόνια κιμά 3. Κοτόπουλο χυλοπίτες 4. Μοσχ.συκώτι ρύζι
03 1. Αρακάς με πατάτες 2. Μακαρόνια με κιμά 3. Φτερούγες κοτ sos BBQ 4. Χοιρινή ψητή με πατάτες	04 1. Φασολάκια με πατάτες 2. Τορτελίνια αλα κρέμ 3. Κοτόπουλο μπιφτέκι πατάτες 4. Πέρκα φιλ με πατατοσαλάτα	05 1. Γεμιστά 2. Σεφταλιές κυπριακές πατάτες 3. Κοτόπουλο κατσιατόρε ρύζι 4. Χοιρινό ριγανάτο πατάτες	06 1. Μελιτζάνες ιμάμ με φέτα 2. Παστίτσιο 3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες 4. Μοσχάρι τάς κεμπάπ ρύζι	07 1. Γίγαντες φούρνου 2. Μελιτζ.παπουτσάκια 3. Φιλέτο κοτοπ ταλιατέλες 4. Καραμ πανσέτα πατάτες	08 1. Κολοκυθάκια μπριάμ 2. Καρμπονάρα 3. Συκώτι κοτοπ.λαδορ. Ρύζι 4. Μοσχάρι λεμονάτο πατάτες
10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22
24	25	26	27	28	29
31 1. Ντολμαδάκια με σος γιαούρτι 2. Μακαρόνια με κιμά 3. Κοτόπουλο φούρνου 4. Μοσχάρι λεμονάτο					

MENΟΥ

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

01

1. Σπανακόρυζο
2. Μπιφτέκια φούρνου
3. Κοτόπουλο μπάμιες
4. Ψαρονέφρι με μανιτάρια σωτέ

02

1. Γεμιστά με κιμά
2. Ριγκατόνι 4 τυριά
3. Γαλοπούλα φιλ λαχανικά
4. Μοσχάρι κοκκ μακαρόνια

03

1. Σπαγγέτι αραμπιάτα
2. Σουτζουκάκια πουρέ
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι
4. Τσιπούρα ψητή

04

1. Μελιτζάνες ιμάμ με φέτα
2. Μουσακάς
3. Κεμπάπ
4. Μοσχάρι στρογκανώφ

05

1. Φάβα
2. Λαζάνια με κιμά
3. Κεφτεδάκια κοκκ πιλάφι
4. Κοτομπουκιές με πατάτες

07

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Κολοκυθάκια γεμιστά
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Γαριδομακαρονάδα

08

1. Φασολάκια με πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Φιλέτο κοτοπ ταλιατέλες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

09

1. Γεμιστά
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο κατσιατόρε
4. Χοιρινή ψητή με ρυζότο

10

1. Σπανακόρυζο
2. Μουσακάς
3. Σεφταλιές κυπριακές πατάτες
4. Μοσχάρι τάς κεμπάπ

11

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μπιφτέκια γεμιστά
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Πέρκα φιλ πατατοσαλάτα

12

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Κανελόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστ
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

14

1. Αγκινάρες αλα.πολίτα
2. Κρέπες ζαμπ.μπέικον
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι
4. Σολωμό με πέννες

15

1. Γεμιστά
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Σοφρίτο με πουρέ πατάτας

16

1. Μελιτζάνες ιμάμ με φέτα
2. Λαζάνια με κιμά
3. Κεφτέδες φούρνου
4. Μοσχάρι νουά

17

1. Σπαγγέτι αραμπιάτα
2. Μουσακά
3. Κοτόπ κοκ μακαρόνια
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ

18

1. Αρακάς με πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Μοσχάρι λεμονάτο

19

1. Φάβα
2. Κεμπάπ με πατάτες
3. Ριγκατόνι 4 τυριά
4. Τσιπούρα ψητή

21

1. Ντολμαδάκια με σος γιαούρτι
2. Κολοκυθάκια γεμιστά
3. Κοτόπουλο ρολό ρύζι
4. Καραμ πανσέτα πατάτες

22

1. Φασολάκια με πατάτες
2. Μουσακάς
3. Φιλέτο κοτοπ ταλιατέλες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

23

1. Γεμιστά
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο ριγανάτο πατάτες
4. Χοιρινό αλα κρέμ ρύζι

24

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι κοκκ μακαρόνια

25

1. Μπάμιες κοκκινιστες
2. Κεφτέδες κοκκ πουρέ
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Πέρκα φιλ πατατοσαλάτα

26

1. Κολοκυθάκια μπριάμ
2. Κανελόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστ
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

28

1. Λαχανόρυζο
2. Κρέπες κοτόπουλο
3. Συκώτι μοσχ λαδορίγανη
4. Χοιρινή ψητή πατάτες

29

1. Γεμιστά ορφανά
2. Καρμπονάρα
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

30

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Παστίτσιο
3. Φτερούγες BBQ πατάτες
4. Μυδοπίλαφο

MENΟΥ

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

01

1. Λαχανικά τουρλού
2. Μπιφτέκια μοσχ πατάτες
3. Κοτόπουλο μπάμιες
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

02

1. Φασολάκια με πατάτες
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο με μέλι μoust
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ

03

1. Πρασόρυζο
2. Κανελόνια κιμά
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο ρύζι
4. Πέρκα πλακί

05

1. Γίγαντες με χωρ λουκάνικο
2. Κολοκυθάκια Γεμιστά
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Καραμ πανσέτα πατάτες

06

1. Αρακάς με πατάτες
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

07

1. Γεμιστά ορφανά
2. Παστίτσιο
3. Κεφτέδες κοκκ πέννες
4. Ρυζότο με θαλασσινά

08

1. Μανιταρόσουπα
2. Μπιφτέκια μοσχ πατάτες
3. Φιλέτο κοτοπ ταλιατέλες
4. Μοσχάρι γιουβέτσι

09

1. Μελιτζάνες ιμάμ με φέτα
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο μέλι και πατάτες
4. Τσιπούρα ψητή πατ/σαλάτα

10

1. Κολοκύθια μπριάμ
2. Σεφταλιές με πατάτες
3. Κοτόπουλο χυλοπίτες
4. Μοσχάρι ραγού πατάτες

12

1. Φασολάδα σούπα
2. Ριγκατόνι 4 τυριά
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Μοσχάρι τάς κεμπάπ

13

1. Αγκινάρες αλα πολίτα
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι
4. Μπεκρή μεζέ με πιλάφι

14

1. Γεμιστά
2. Κεμπάπ πατατες
3. Κοτόπουλο κατσιατόρε
4. Πένες με καπν. σολωμό

15

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο ψητό
4. Χοιρινή ψητή πατάτες

16

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μελιτζ.παπουτσάκια
3. Τορτελίνια αλα κρέμ
4. Πέρκα πλακί

17

1. Λαχανόρυζο
2. Κανελόνια κιμά
3. Συκώτι κοτοπ.λαδορίγανη
4. Χοιρινό γεμιστό πατάτες

19

1. Αρακάς με πατάτες
2. Κρέπες ζαμπ.μπέικον
3. Μπιφτέκι κοτόπ με πατάτες
4. Μοσχάρι με μακαρόνια

20

1. Γεμιστά
2. Μπιφτέκια μοσχ.αλα κρέμ
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Χοιρινό γκιούλμασι

21

1. Μελιτζάνες ιμάμ με φέτα
2. Παστίτσιο
3. Φιλ.γαλοπούλα με λαχανικά
4. Μοσχάρι νουά ψητό

22

1. Φακές σούπα
2. Κεφτέδες κοκκ με πουρέ
3. Κοτόπουλο με μέλι μoust
4. Ψαρονέφρι με μουστάρδα

23

1. Φασολάκια πατάτες
2. Μουσακάς
3. Μπιφτέκι γεμιστό πατάτες
4. Κοτόπουλο γλυκόξινο ρύζι

24

1. Αγκινάρες με αρακά
2. Λαζάνια με κιμά
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Σολωμό με πέννες

26

1. Γεμιστά
2. Σουτζουκάκια Πιλάφι
3. Κοτόπουλο μέλι και πατάτες
4. Σοφρίτο με πουρέ πατάτας

27

1. Πρασόρυζο
2. Λαχανοντολμάδες
3. Σεφταλιές με πατάτες
4. Κριθαρότο με γαρίδες

28

29

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μουσακά
3. Κοτόπ κοκ χυλοπίτες
4. Ψαρονέφρι αλα κρέμ ρύζι

30

1. Σπανακόρυζο
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο ρολό πατάτες
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

31

1. Μαγειρίτσα σούπα
2. Κεμπάπ πατάτες
3. Ριγκατόνι 4 τυριά
4. Χοιρινή ψητή πατάτες

MENΟΥ

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

02

1. Ρεβίθια λεμονάτα με πράσο
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο ρολό πατάτες
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

03

1. Αρακάς με πατάτες
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο φρικασέ
4. Χοιρινό πρασάτο

04

1. Γεμιστά ορφανά
2. Κριθαρότο μανιταριών
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Πέρκα πλακί

05

1. Σπανακόρυζο
2. Ρολό κιμά γεμιστό
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι γιουβέτσι

06

1. Μανιταρόσουπα
2. Τραχανάς με φέτα
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστάρδα
4. Ψαρονέφρι αλά κρεμ

07

1. Πρασοσέλινο
2. Κεφτεδάκια σος μανιταριών
3. Ριγκατόνι 4 τυριά
4. Χοιρινή ψητή πατάτες

09

1. Λαχανόρυζο
2. Κρέπες κοτόπουλο
3. Καρμπονάρα
4. Μοσχάρι στιφάδο

10

1. Πρασόρυζο
2. Σουτζουκάκια πιλάφι
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Γαριδομακαρονάδα

11

1. Φασόλια χάντρες με λουκάνικο
2. Γιουβαρλάκια σούπα
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

12

1. Μελιτζάνες ιμάμ
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο ρύζι
4. Χοιρινή μπριζόλα πατάτες

13

1. Φασολάκια πατάτες
2. Μελιτζάνες παπουτσάκια
3. Τορτελίνια αλά κρεμ
4. Τσιπούρα ψητή λαχανικά

14

1. Αγκινάρες αλά πολίτα
2. Λαζάνια με κιμά
3. Κοτόπουλο με κάστανα
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

16

1. Μανιταρόσουπα
2. Μπιφτέκια γεμιστά
3. Κοτόπουλο ταλιατέλες
4. Χοιρινό ριγανάτο πατάτες

17

1. Αγκινάρες αλά πολίτα
2. Ρολό κιμά γεμιστό
3. Κοτόπουλο ρολό ρύζι
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

18

1. Λαχανοσέλινο
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο φρικασέ
4. Κριθαρότο με γαρίδες

19

1. Ρεβίθια με σπανάκι
2. Κεφτέδες κοκκινιστοί πουρέ
3. Σνίτσελ κοτόπουλο
4. Μοσχάρι κοκκινιστό μακαρόνια

20

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Πέρκα με λαχανικά

21

1. Πρασοσέλινο
2. Σεφταλιές πατάτες
3. Κοτόπουλο με μέλι μουστάρδα
4. Χοιρινό με κυδώνια

23

1. Ρεβιθάδα φούρνου
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι πατάτες
4. Χοιρινό με σέλινο

24

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο με κάστανα
4. Πέρκα ψητή με μουστάρδα

25

1. Γεμιστά ορφανά
2. Σουτζουκάκια πιλάφι
3. Κεφτέδες φούρνου
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

26

1. Φασολάκια πατάτες
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο φιλέτο με κάρυ
4. Ψαρονέφρι αλά κρεμ

27

1. Σπανακόρυζο
2. Σουφλέ τυριών με μπέικον
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

28

1. Ρεβύθια σούπα
2. Κανελόνια κιμά
3. Ριγκατόνι 4 τυριά
4. Χοιρινή ψητή πατάτες

30

1. Φακές σούπα
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο ρολό
4. Μοσχάρι μπουργκινιόν

MENΟΥ

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

01

1. Λαχανοσέλινο
2. Μπιφτέκια μοσχαρίσια πατάτες
3. Κοτόπουλο μπάμιες
4. Χοιρινό πρασάτο

02

1. Γεμιστά
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Τσιπούρα ψητή λαχανικά

03

1. Μελιτζάνες ιμάμ με φέτα
2. Σουτζουκάκια πιλάφι
3. Σνίτσελ κοτόπουλο πατάτες
4. Μοσχάρι γιουβέτσι

04

1. Γίγαντες φούρνου
2. Μουσακάς
3. Τορτελίνια αλά κρεμ
4. Ψαρονέφρι αλά κρεμ ρύζι

05

1. Φάβα
2. Λαζάνια με κιμά
3. Κοτόπουλο χυλοπίτες
4. Πέρκα πλακί

07

1. Ρεβιθάδα φούρνου
2. Ρολό κιμά γεμιστό
3. Κοτόπουλο φρικασέ
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

08

1. Αρακάς με πατάτες
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι
4. Χοιρινό με δαμάσκηνα

09

1. Γεμιστά ορφανά
2. Γιουβαρλάκια σούπα
3. Κοτόπουλο κατσιατόρε
4. Πέρκα με λαχανικά

10

1. Λαχανοσέλινο
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο γλυκόξινο ρύζι
4. Μοσχάρι μπουργκινιόν

11

1. Ρεβύθια φούρνου
2. Μουσακάς
3. Κοτόπουλο με κάστανα
4. Ψαρονέφρι αλά κρεμ

12

1. Κριθαρότο κολοκύθας
2. Κανελόνια κιμά
3. Ριγκατόνι 4 τυριά
4. Χοιρινό με κυδώνια

14

1. Τραχανάς με φέτα
2. Λαχανοντολμάδες
3. Καρμπονάρα
4. Μοσχάρι στιφάδο

15

1. Αγκινάρες αλά πολίτα
2. Σουτζουκάκια πιλάφι
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Γαριδομακαρονάδα

16

1. Γεμιστά
2. Παστίτσιο
3. Κεμπάπ πατάτες
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

17

1. Φασολάκια πατάτες
2. Κεφτέδες κοκκινιστοί πουρέ
3. Σνίτσελ κοτόπουλο
4. Χοιρινό ριγανάτο πατάτες

18

1. Σπανακόρυζο
2. Μελιτζάνες παπουτσάκια
3. Τορτελίνια αλά κρεμ
4. Τσιπούρα ψητή λαχανικά

19

1. Λαχανόρυζο
2. Σεφταλιές πατάτες
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Μοσχάρι παστιτσάδα

21

1. Φασολάδα
2. Κεφτέδες κοκκινιστοί με πένες
3. Κοτόπουλο ριγανάτο
4. Χοιρινό ψαρονέφρι σοτέ

22

1. Πρασόρυζο
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Κοτόπουλο φούρνου
4. Πέρκα πλακί

23

1. Γεμιστά ορφανά
2. Παστίτσιο
3. Κοτόπουλο γιουβέτσι
4. Χοιρινό πρασάτο

24

1. Γεμιστά ορφανά
2. Μακαρόνια με κιμά
3. Γαλοπούλα γεμιστή
4. Χοιρινό με δαμάσκηνα

25

1. ΧΩΡΙΣ ΦΑΓΗΤΟ

26

1. ΧΩΡΙΣ ΦΑΓΗΤΟ

28

1. Αρακάς με πατάτες
2. Λαχανοντολμάδες
3. Κοτόπουλο μπιφτέκι
4. Μοσχάρι νουά ρύζι

29

1. Αγκινάρες αλα πολίτα
2. Σεφταλιές κυπριακές
3. Σνίτσελ κοτόπουλο
4. Μοσχάρι νουά ψητό ρύζι

30

1. Σπανακόρυζο
2. Μουσκάς
3. Κοτόπουλο χυλοπίτες
4. Μοσχάρι λεμονάτο ρύζι

31

1. Γεμιστά με κιμά
2. Μπιφτέκια με ρυζότο
3. Κρέπες 4 τυριά
4. Αρνάκι ψητό πατάτες