

1η ΕΒΔΟΜΑΔΑ 02-08 Μαρτίου 2026

ΗΜΕΡΑ		ΔΕΥΤΕΡΑ 02/03/26	ΤΡΙΤΗ 03/03/26	ΤΕΤΑΡΤΗ 04/03/26	ΠΕΜΠΤΗ 05/03/26	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 06/03/26	ΣΑΒΒΑΤΟ 07/03/26	ΚΥΡΙΑΚΗ 08/03/26
ΓΕΥΜΑ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	Σπανακόπιτα	Σούπα λαχανικών	Λαχανικά φούρνου με ντομάτα	Φάβα	Κολοκυθάκια ψητά	Πουρέ πατάτας με μυρωδικά	Σούπα τραχανάς νηστίσιμος
	ΚΥΡΙΟ Σ ΠΙΑΤΑ	Θράψαλα (κτψ) κοκκινιστά με ζυμαρικά, 4-5 ελιές και πίκλες	Φασόλια χάντρες με 4-5 ελιές και πίκλες	Φακές σούπα με 4-5 ελιές και πίκλες	Φασολάκια λαδερά με 4-5 ελιές και πίκλες	Φασόλια σούπα με 4-5 ελιές και πίκλες	Αγκινάρες α λα πολίτα με 4-5 ελιές και πίκλες	Μπριάμ με 4-5 ελιές και πίκλες
	Ψωμί	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη
	Σαλάτα	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη
	Γλυκό/Φρούτο	Ραβανί νηστίσιμο	Φρούτο	Ρυζόγαλο νηστίσιμο	Φρούτο	Ραβανί νηστίσιμο	Φρούτο	Χαλβάς
ΗΜΕΡΑ		ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΔΕΙΠΝΟ	ΠΡΩΤΟ ΠΙΑΤΟ	Κους κους με ντομάτα και λαχανικά	Ριζότο λαχανικών	Αρακάς λαδερός	Σούπα κρέμα ρεβύθια με δυόσμο	Σπανακόπιτα	Λαχανόρυζο	Ριζότο με μανιτάρια
	ΚΥΡΙΟΣ ΠΙΑΤΑ	Ρεβίθια σούπα με 4-5 ελιές και πίκλες	Ζυμαρικά με σάλτσα ντομάτας και μανιτάρια, 4-5 ελιές και πίκλες	Σουπιές (κτψ) με σπανάκι και μάραθο, 4-5 ελιές και πίκλες	Γεμιστά λαδερά με 4-5 ελιές και πίκλες	Θράψαλα (κτψ) κοκκινιστά με πατάτες τηγανητές, 4-5 ελιές και πίκλες	Φασόλια γίγαντες με 4-5 ελιές και πίκλες	Μπάμιες λαδερές με 4-5 ελιές και πίκλες
	Ψωμί	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη
	Σαλάτα	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη	επιλογή από δυο είδη
	Γλυκό/Φρούτο	Φρούτο	Μηλόπιτα νηστίσιμη	Φρούτο	Σοκολατόπιτα νηστίσιμη	Φρούτο	Καρυδόπιτα νηστίσιμη	Φρούτο