

Βρεφονηπιακός σταθμός “Ο κήπος της γιαγιάς”

Θερινό πρόγραμμα διατροφής

	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή
Πρωινό	Τοστ	Κρέμα ή ρυζόγαλο	Κορν Φλέικς	Φρούτα (Μήλο, Πορτοκάλι, Μπανάνα & Αχλάδι)	Ψωμί με Βούτυρο & Μαρμελάδα ή Ταχίνι & Μέλι
	Γεύμα	Γεύμα	Γεύμα	Γεύμα	Γεύμα
Εβδομάδα 1	Ψάρι με λαχανικά στο φούρνο (καρότα, κολοκυθάκια, πατάτες)	Κοτόπουλο γκιουβέτσι (με ντομάτα & ζυμαρικά)	Φασολάκια με πατάτες, κολοκυθάκια & φέτα	Παστίτσιο	Αρακάς με ρύζι & άνηθο
Εβδομάδα 2	Ψαροκροκέτες με λαχανικά εποχής	Κοτόπουλο λεμονάτο με πατάτες στο φούρνο	Γεμιστά με φέτα	Κοκκινιστό μοσχαράκι με ζυμαρικά	Φακές & ελιές
Εβδομάδα 3	Ψάρι λεμονάτο στο φούρνο με πατάτες	Πίτσα με βραστή γαλοπούλα, ντομάτα και τυρί	Φασολάκια με πατάτες, κολοκυθάκια & φέτα	Γιουβαρλάκια με κολοκυθάκια & καρότα	Αρακάς με ρύζι & άνηθο
Εβδομάδα 4	Ψαροκροκέτες με λαχανικά εποχής	Κοτόπουλο με ντομάτα στη κατσαρόλα με ζυμαρικά	Τουρλού (καρότα, πατάτες, φασολάκια, πιπεριές, κρεμμύδια)	Μπιφτέκια με φυσικό πουρέ	Φασολάδα με ελιές

- Το ψάρι είναι κατεψυγμένο φιλέτο πέρκα ή γλώσσα.
- Ο πουρές είναι από φρέσκες πατάτες και παρασκευάζεται αυθημερόν..
- Χρησιμοποιούμε μόνο εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο.
- Το βρεφικό τμήμα για πρωινό έχει μόνο φρούτα ή φρουτόκρεμμα
- Ο παιδικός σταθμός διατηρεί το δικαίωμα αλλαγής του διαιτολογίου.