



Μηνιαίος προγραμματισμός Οκτωβρίου για το φαγητό 30/9/2019 - 1/11/2019

ΔΕΥΤΕΡΑ 30/9	ΤΡΙΤΗ 1/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 2/10	ΠΕΜΠΤΗ 3/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 4/10
Πρόγευμα: Φέτα με τυρί, βούτυρο & μαρμελάδα Δεκατιανό: Σιουσιούκο & παλουζέ Μεσημεριανό: Γιουβέτσι με γιαούρτι & σαλάτα Απόγευμα: Σιουσιούκο & παλουζέ	A P Γ I A Το Σχολείο είναι κλειστό	Πρόγευμα: Ομελέτα με λαχανικά & φρυγανισμένο ψωμί Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο & σαλάτα με ντοματίνια cherry Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα Δεκατιανό: Σταφίδες & αμύγδαλα ανάλατα Μεσημεριανό: Ψαροκροκέτες & chips λαχανικών & πατάτες στο φούρνο Απόγευμα: Σταφίδες & αμύγδαλα ανάλατα	Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο, γαλοπούλα, λαχανικά & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κοκτέιλ κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 7/10	ΤΡΙΤΗ 8/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 9/10	ΠΕΜΠΤΗ 10/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 11/10
Πρόγευμα: Φέτα με χαμ, βούτυρο & λαχανικά Δεκατιανό: Κέικ καρότο Μεσημεριανό: Κουνέλι με πατάτες & λαχανικά στην κατσαρόλα Απόγευμα: Κέικ καρότο	Πρόγευμα: Ρυζόγαλο με μέλι, κανέλα & σταφίδες Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά, λαχανικά & αναρή Απόγευμα: Ρυζόγαλο	Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά & ½ ποτηρι χυμό πορτοκάλι Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μπιφτέκια από φιλέτο ψαριού & πουργούρι με σάλτσα από ντοματίνια Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με μαρμελάδα & χαλούμι Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Σουτζουκάκια με άγριο ρύζι, σάλτσα ντομάτας & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 14/10	ΤΡΙΤΗ 15/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 16/10	ΠΕΜΠΤΗ 17/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 18/10
Πρόγευμα: Bar Δημητριακών & γάλα Δεκατιανό: Παστά Φρούτα Μεσημεριανό: Φασόλια με πατάτες, λαχανικά, τόνο & πολύσπορο ψωμί Απόγευμα: Παστά Φρούτα	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ψάρι παγκάσιους στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αυγό Scrabbled με λαχανικά & ψωμί Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι, καρότο & τονοσαλάτα Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με τυρί, βούτυρο & μαρμελάδα Δεκατιανό: Κουλουρούθκια με το μέλι Μεσημεριανό: Κεφτέδες με κριθαράκι, γιαούρτι & σαλάτα Απόγευμα: Κουλουρούθκια με το μέλι

ΔΕΥΤΕΡΑ 21/10	ΤΡΙΤΗ 22/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 23/10	ΠΕΜΠΤΗ 24/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25/10
Πρόγευμα: Βρώμη με γάλα, σταφίδες, ξηρούς καρπούς και σοκολάτα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Σπανακόρυζο με γιαούρτι και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα και σταφίδες Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ρολό στο φούρνο με πατάτες, λαχανικά και γιαούρτι Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Γαλλικό τοστ, ψωμί ολικής παναρισμένο με αυγό χτυπημένο με γάλα, ψημένα στο tefal με ελάχιστη μαργαρίνη soft Δεκατιανό: Χαλβά Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά Απόγευμα: Χαλβά	Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο & γαλοπούλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Σουφλέ στο φούρνο με ψωμί, αυγά, αλλαντικά, τυριά & σαλάτα με όσπρια Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Βαρ Δημητριακών & γάλα με λίγο κακάο & μέλι Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μακαρόνια του φούρνου & σαλάτα Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 28/10	ΤΡΙΤΗ 29/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 30/10	ΠΕΜΠΤΗ 31/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 1/11
Πρόγευμα: Ρυζόγαλο με μέλι, κανέλα & σταφίδες Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μπιζέλι με κρέας, πατάτες και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί ολικής άλεσης με βούτυρο & γαλοπούλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ψαρόσουπα με ρύζι και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά & ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά, λαχανικά και αναρή Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με τυρί κρέμα & μαρμελάδα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Λουβί ξηρό με λάχανα, λαχανικά, τόνο και ψωμί Απόγευμα: Φρούτα

Ανακοινώσεις

1. Θα θέλαμε να παρακαλέσουμε όλους τους γονείς, να μελετούν τα προγράμματα και τα όσα αναρτώνται στην ιστοσελίδα μας, καθώς και τα όσα αναγράφονται στον πίνακα ανακοινώσεων που βρίσκεται στην είσοδο του νηπιαγωγείου, ώστε να υπάρχει καλύτερη και πιο άμεση επικοινωνία μεταξύ μας, καθώς και καλύτερη οργάνωση του σχολείου!!
2. Να παρακαλέσουμε όλους τους γονείς, όπως η προσέλευση των παιδιών, να γίνεται νωρίς το πρωί, ώστε να μην χάνουν σημαντικά πράγματα από το ωρολόγιο καθημερινό πρόγραμμα (π.χ. Ελεύθερες Δραστηριότητες που είναι πολύ σημαντικές για την ανάπτυξη πολλών δεξιοτήτων), καθώς και να τα παραλαμβάνουν έγκαιρα στην προκαθορισμένη ώρα για να μπορεί το προσωπικό του σχολείου να τηρεί το ωράριο του αλλά και για την εύρυθμη λειτουργία του σχολείου γενικότερα!!
3. Επίσης να σας ενημερώσουμε ότι τα παιδιά που παρουσιάζουν χαρακτηριστικά και στοιχεία κάποιας ίωσης (π.χ. πυρετός, εξανθήματα, πονόλαιμος, βήχα, κλπ.) θα πρέπει να παραμένουν στο σπίτι, ούτως ώστε να μην τα μεταδίδουν και στα υπόλοιπα παιδιά!!
4. Τα βιβλία που αφορούν το πρόγραμμα της «Γνωσιτεχνίας», για το κάθε παιδί είναι €18 για τα παιδιά ηλικίας 3-4χρ., €20 για τα παιδιά ηλικίας 4-5χρ., και €25 για τα παιδιά της Προδημοτικής. Επίσης η πρόσβαση για όλους τους γονείς, στην ηλεκτρονική πλατφόρμα φέτος θα είναι δωρεάν!!
5. Να σας ενημερώσουμε ότι τα διδάκτρα για τον κάθε μήνα προπληρώνονται και παρακαλούμε όπως αυτό γίνεται το αργότερο τις πρώτες 3-4 μέρες του μήνα, για να μπορεί να πληρώνεται και το προσωπικό έγκαιρα.
6. Στις 28 Οκτωβρίου το σχολείο μας θα συμμετέχει στην παρέλαση με όλα τα παιδιά από 2,5 χρονών και άνω, ντυμένα με στολές «Τσολιά» για τα αγόρια και «Αμαλίας» για τα κορίτσια, τις οποίες θα σας δοθούν από το σχολείο. Για το κάθε παιδάκι θα στοιχήσει €5 που αφορά το κόστος για τον καθαρισμό των πιο πάνω στολών και για τυχόν ζημιές που μπορεί να προκύψουν.