



Μηνιαίος προγραμματισμός Ιουνίου για το φαγητό 31/5/2021 - 2/7/2021

ΔΕΥΤΕΡΑ 31/5	ΤΡΙΤΗ 1/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 2/6	ΠΕΜΠΤΗ 3/6	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 4/6
<p>Πρόγευμα: Φέτα με τυρί & μαρμελάδα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Λουβί με λάχανα, λαχανικά, τόνο & ψωμί</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Τζέλι</p> <p>Μεσημεριανό: Κεφτέδες με κριθαράκι στο φούρνο γιαούρτι & σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Τζέλι</p>	<p>Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί με αβγό πάνω στο ψωμί ψημένο με μαργαρίνη και λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι, καρότο & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Ρολάκια με γαλοπούλα και γέμιση με τυρί, λαχανικά και φρυγανιές με μαργαρίνη</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ραβιόλες με αναρή και στίκες λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Weetabix με μπανάνα, σταφίδες, μέλι & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Γιαουρτάκι με φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ρολό στο φούρνο με κιμά και γέμιση με τυρί κρέμα, με πατάτες, λαχανικά & γιαούρτι</p> <p>Απόγευμα: : Γιαουρτάκι με φρούτα</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 7/6	ΤΡΙΤΗ 8/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 9/6	ΠΕΜΠΤΗ 10/6	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 11/6
<p>Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο, γαλοπούλα & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Σουφλέ στο φούρνο με ψωμί, αυγά, αλλαντικά, τυριά & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Κρέμα Καραμελέ</p> <p>Μεσημεριανό: Σουτζουκάκια με ρύζι, σάλτσα ντομάτας & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Κρέμα Καραμελέ</p>	<p>Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο & σαλάτα με ντοματίνια cherry</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Κοκτέιλ κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ψάρι παγκάσιους στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά.</p> <p>Απόγευμα: Φρουτοσαλάτα</p>	<p>Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ρεβιθόρυζο με γιαούρτι & σουβλάκι λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 14/6	ΤΡΙΤΗ 15/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 16/6	ΠΕΜΠΤΗ 17/6	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 18/6
<p>Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Γιουβέτσι με γιαούρτι και σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Κοτόπουλο ρολό με τυρί & λούντζα, πατάτες φούρνου σε φέτες με την φλούδα & φέτες λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Αυγό Scrambled με λαχανικά & ψωμί</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Πλανητάριο στο πιάτο σας: Φακές με αστεράκια, ρύζι καρότο, και λαχανικά σε κυβάκια & ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά ολικής με γάλα & σταφίδες</p> <p>Δεκατιανό: Τζέλι με φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά, λαχανικά και αναρή</p> <p>Απόγευμα: Τζέλι με φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Φέτα με μαργαρίνη soft, μέλι & χαλούμι</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Κολοκυθοκεφτέδες με πατάτες πουρέ και τζατζίκι (χωρίς σκόρδο)</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 21/6	ΤΡΙΤΗ 22/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 23/6	ΠΕΜΠΤΗ 24/6	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25/6
<p>A P Γ I A</p> <p>Το Σχολείο είναι κλειστό</p>	<p>Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί ολικής άλεσης με μαργαρίνη, μέλι και στικς τυριού κρέμα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Πίτσα & σουβλάκι λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Παγωτό</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με άγριο ρύζι, λαχανικά, ντοματίνια & φυσικό χυμό</p> <p>Απόγευμα: Παγωτό</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα, φρούτα & σταφίδες</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Σολωμός στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Βαρ Δημητριακών & γάλα με λίγο κακάο & μέλι</p> <p>Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα με μέλι & καρύδια</p> <p>Μεσημεριανό: Φασόλια με πατάτες, λαχανικά, τόνο & ψωμί</p> <p>Απόγευμα: Φρουτοσαλάτα με μέλι & καρύδια</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 28/6	ΤΡΙΤΗ 29/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 30/6	ΠΕΜΠΤΗ 1/7	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2/7
<p>Πρόγευμα: Ρολάκια με σλάις ψωμί, τυρί κρέμα και γαλοπούλα κομμένα σε φέτες</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Chicken nuggets με κριθαράκι, γιαούρτι και λαχανικά.</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα & σταφίδες</p> <p>Δεκατιανό: Γρανίτα Φράουλας</p> <p>Μεσημεριανό: Mini Cheeseburger!! Μπιφτέκια χειροποίητα στο φούρνο με ψωμάκια Ρολ ολικής, τυρί και λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Γρανίτα Φράουλας</p>	<p>Πρόγευμα: Ομελέτα με λαχανικά & φρυγανισμένο ψωμί</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με κριθαράκι ολικής, καρότο & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Βρώμη με γάλα, σταφίδες, ξηρούς καρπούς & σοκολάτα υγείας τριμμένη</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Μακαρόνια του φούρνου & σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Mini tostakia! Ψωμί ολικής & λευκό με μαργαρίνη, τυρί, γαλοπούλα+ στικ με ντοματίνια & αγγουράκι</p> <p>Δεκατιανό: Παγωτό</p> <p>Μεσημεριανό: Κουνέλι στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Παγωτό</p>

Ανακοινώσεις

1. **Επιτέλους μπορούμε να επιστρέψουμε πίσω στην τάξη μας** εφόσον έχουν περάσει οι 7 μέρες επαφής με το κρούσμα. Για να γίνει αυτό με ασφάλεια και για να είμαστε νόμιμοι, θα πρέπει να έχουν όλα τα παιδιά που θα έρθουν αρνητικό PCR, με ημερομηνία 27/5/2021 και έπειτα.
2. Αν κάποιος γονείς δεν επιθυμούν να κάνουν PCR στα παιδιά, τότε αυτά τα παιδιά θα μπορούν να επιστρέψουν στο σχολείο την Παρασκευή 4/6/2021.
3. Την Πέμπτη και Παρασκευή 10 & 11 Ιουνίου τελικά θα είναι ανοικτό το σχολείο μας.
4. Η Καλοκαιρινή μας γιορτή θα πραγματοποιηθεί το Σάββατο στις **26 Ιουνίου 2021 στις 7:00 μμ. ακριβώς στο προαύλιο του δημαρχείου.**
5. Το κόστος για τα δώρα (και ένα μικρό συμβολικό ποσό μέσα σ' αυτό για τις στολές), θα είναι €15 για το κάθε παιδί, εκτός από τα παιδάκια που θα αποφοιτήσουν όπου το κόστος θα είναι €25 για το κάθε παιδί (γιατί θα έχουν και κάποια άλλα δώρα – εκ των οποίων κάποια θα πληρώσει και το σχολείο). Παρακαλούμε όπως τα φέρετε το συντομότερο δυνατόν γιατί θα πρέπει να τα παραγγείλουμε και να τα πληρώσουμε για να προλάβουν να είναι έτοιμα.
6. Παρακαλούμε όπως βοηθήσετε τα παιδιά στην εκμάθηση των ποιημάτων τους για την Καλοκαιρινή μας γιορτή.

7. Όλα τα παιδιά που θα λάβουν μέρος στη γιορτή, τη μέρα της γιορτής μας, θα πρέπει να βρίσκονται ντυμένα έτοιμα με τις στολές τους στο προαύλιο του δημαρχείου η ώρα 6:30 μ.μ.
8. Το Σάββατο 26 Ιουνίου η ώρα 9:00 π.μ., όλα τα παιδιά που θα λάβουν μέρος στη γιορτή, θα πρέπει να έρθουν στο προαύλιο του δημαρχείου για να κάνουμε πρόβες για την Καλοκαιρινή μας γιορτή.
9. Επίσης την Πέμπτη και την Παρασκευή 24 & 25 Ιουνίου το πρωί θα έχουμε πρόβα με τα παιδιά στο προαύλιο του δημαρχείου.
10. Παρακαλούμε όσοι θα μπορείτε και θα έχετε χρόνο τη μέρα της Καλοκαιρινής μας γιορτής να φτιάξετε κάτι για το τέλος όπου όλοι θα κεραστούμε και παρακαλούμε να το βάλετε σε ένα δοχείο που δεν το χρειάζεστε (χάρτινο ή πλαστικό) για να μη χρειάζεται να σας το επιστρέψουμε – να πεταχτεί με το τέλος της γιορτής.
11. Έχουν δοθεί φόρμες για τη συμμετοχή των παιδιών στα μαθήματα κολύμβησης που θα ξεκινήσουν στις 21 Ιουνίου και για το μήνα Αύγουστο και παρακαλούμε όσα παιδιά θα συμμετέχουν να τις συμπληρώσετε και να μας τις φέρετε το συντομότερο δυνατόν.
12. Τα μαθήματα **Kindermusik** θα συνεχιστούν κανονικά και το Καλοκαίρι.
13. Στις 17 Ιουνίου θα ξεκινήσει το Καλοκαιρινό πρόγραμμα το οποίο και θα σας δοθεί.
14. Να σας ενημερώσουμε ότι το σχολείο μας μάλλον θα είναι ανοικτό τον Αύγουστο, γι' αυτό όσοι ενδιαφέρονται να φέρουν τα παιδιά τους να μας ενημερώσουν άμεσα.

ΔΕΥΤΕΡΑ 7/6	ΤΡΙΤΗ 8/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 9/6	ΠΕΜΠΤΗ 10/6	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 11/6
Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο, γαλοπούλα & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Σουφλέ στο φούρνο με ψωμί, αυγά, αλλαντικά, τυριά & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα Δεκατιανό: Κρέμα Καραμελέ Μεσημεριανό: Σουτζουκάκια με ρύζι, σάλτσα ντομάτας & λαχανικά Απόγευμα: Κρέμα Καραμελέ	Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι, καρότο & σαλάτα με ντοματίνια cherry Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Κοκτέιλ κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα Μεσημεριανό: Ψάρι παγκάσιους στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά. Απόγευμα: Φρουτοσαλάτα	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ρεβιθόρυζο με γιαούρτι & σουβλάκι λαχανικών Απόγευμα: Φρούτα