



Μηνιαίος Προγραμματισμός Αυγούστου για το φανητό 1/8/2022 - 2/9/2022

ΔΕΥΤΕΡΑ 1/8	ΤΡΙΤΗ 2/8	ΤΕΤΑΡΤΗ 3/8	ΠΕΜΠΤΗ 4/8	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 5/8
Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Γιουβέτσι με γιαούρτι και σαλάτα Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο γαλοπούλα & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ψάρι παγκάσιους στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά Δεκατιανό: Κέικ Μεσημεριανό: Φακές με κριθαράκι ολικής καρτό & λαχανικά Απόγευμα: Κέικ	Πρόγευμα: Δημητριακά ολικής με μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μπιζέλι με κρέας, πατάτες και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με πολύσπορο ψωμί, μαρμελάδα & τυρί Δεκατιανό: Τζέλι με φρούτα Μεσημεριανό: Ρεβιθόρυζο με γιαούρτι και λαχανικά Απόγευμα: Τζέλι με φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 8/8	ΤΡΙΤΗ 9/8	ΤΕΤΑΡΤΗ 10/8	ΠΕΜΠΤΗ 11/8	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 12/8
Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κοτόπουλο ρολό με τυρί & λούντζα, κριθαράκι ολικής, γιαούρτι και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αναρή φρέσκα με χαρουπόμελο Δεκατιανό: Σπιτική λεμονάδα με μπισκότα Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά, λαχανικά και αναρή Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί με αυγό πάνω στο ψωμί ψημένο με μαργαρίνη και λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με άγριο ρύζι, λαχανικά, ντοματίνια & φυσικό χυμό Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά Βρώμης με γάλα, σταφίδες, ξηρούς καρπούς & σοκολάτα Δεκατιανό: Γρανίτα Φράουλας Μεσημεριανό: Κολοκυθοκεφτέδες με πατάτες πουρέ και τζατζίκι (χωρίς σκόρδο) Απόγευμα: Γρανίτα Φράουλας	Πρόγευμα: Bar Δημητριακών & milk shake με γάλα, κακάο & μέλι Δεκατιανό: Παγωτό Μεσημεριανό: Πίτσα & σουβλάκι λαχανικών Απόγευμα: Παγωτό

ΔΕΥΤΕΡΑ 15/8	ΤΡΙΤΗ 16/8	ΤΕΤΑΡΤΗ 17/8	ΠΕΜΠΤΗ 18/8	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19/8
Το Σχολείο είναι κλειστό για τις Καλοκαιρινές Διακοπές!	Το Σχολείο είναι κλειστό για τις Καλοκαιρινές Διακοπές!	Το Σχολείο είναι κλειστό για τις Καλοκαιρινές Διακοπές!	Το Σχολείο είναι κλειστό για τις Καλοκαιρινές Διακοπές!	Το Σχολείο είναι κλειστό για τις Καλοκαιρινές Διακοπές!

ΔΕΥΤΕΡΑ 22/8	ΤΡΙΤΗ 23/8	ΤΕΤΑΡΤΗ 24/8	ΠΕΜΠΤΗ 25/8	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 26/8
<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Παστά Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ραβιόλες με αναρή και στικς λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Παστά Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Φέτα με πολύσπορο ψωμί, τυρί κρέμα + γαλοπούλα & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Κεφτέδες με κριθαράκι, γιαούρτι & σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Ομελέτα με λαχανικά & φρυγανισμένο ψωμί</p> <p>Δεκατιανό: Τζέλι με φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά & ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι</p> <p>Απόγευμα: Τζέλι με φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Μούσλι με γιαούρτι και μέλι</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Κουνέλι στο φούρνο με πατάτες, λαχανικά & γιαούρτι</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί ολ. Άλεσης, τυράκι τρίγωνο, μαρμελάδα</p> <p>Δεκατιανό: Καραμελέ</p> <p>Μεσημεριανό: Φασόλια με φρέσκα ντομάτα, πατάτα, λαχανικά & ψωμί</p> <p>Απόγευμα: Καραμελέ</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 29/8	ΤΡΙΤΗ 30/8	ΤΕΤΑΡΤΗ 31/8	ΠΕΜΠΤΗ 1/9	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2/9
<p>Πρόγευμα: Φέτα με πολύσπορο ψωμί, τυρί κρέμα + γαλοπούλα & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα με μέλι και καρύδια</p> <p>Μεσημεριανό: Κοκτέιλ σε κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρουτοσαλάτα με μέλι και καρύδια</p>	<p>Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Σολωμός στο φούρνο με πατάτες & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί ή κριτσίνια ολικής & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με άγριο ρύζι, λαχανικά & ντοματίνια</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Ρυζόγαλο με μέλι, κανέλα και 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: Δημητριακά ολικής με νιφάδες σοκολάτας & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Μακαρόνια του φούρνου & σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>

Ανακοινώσεις

1. Παρακαλούμε όλες οι εκκρεμότητες διδάκτρων, δώρων, φωτογραφιών κλπ. Να διευθετηθούν το αργότερο μέχρι την Παρασκευή 5 Αυγούστου.
2. Να σας ενημερώσουμε ότι το νηπιαγωγείο μας θα είναι κλειστό για τις καλοκαιρινές διακοπές από τις 15 – 19 Αυγούστου.
3. Να σας ευχηθούμε Καλές Διακοπές και καλό Καλοκαίρι!!