



Ιδιωτικό Νηπιαγωγείο &
Παιδοκομικός Σταθμός

Private Kindergarten
& Nursery School

Chara's
World

Μηνιαίος προγραμματισμός Οκτωβρίου για το φαγητό 3/10/2022 - 28/10/2022

ΔΕΥΤΕΡΑ 3/10	ΤΡΙΤΗ 4/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 5/10	ΠΕΜΠΤΗ 6/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 7/10
Πρόγευμα: Φέτα με χαμ, βούτυρο & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κοκτέιλ σε κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά ολικής με γάλα & σταφίδες Δεκατιανό: Σιουσιούκο & παλουζέ Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά αναρή και λαχανικά Απόγευμα: Σιουσιούκο & παλουζέ	Πρόγευμα: Ομελέτα με λαχανικά & βρώμη Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά & ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κουνέλι με πατάτες & λαχανικά στην κατσαρόλα Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με μαρμελάδα & χαλούμι Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φιλέτο ψαριού & πουργούρι με σάλτσα από ντοματίνια Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 10/10	ΤΡΙΤΗ 11/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 12/10	ΠΕΜΠΤΗ 13/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 14/10
Πρόγευμα: Βαρ Δημητριακών & γάλα Δεκατιανό: Παστά Φρούτα Μεσημεριανό: Λουβί φρέσκο με κολοκύθι, λαχανικά, τόνο και ψωμί Απόγευμα: Παστά Φρούτα	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κουπέπια με γιαούρτι και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αυγό Scrambled με λαχανικά & ψωμί Δεκατιανό: Κουλουρούθκια με το μέλι Μεσημεριανό: Φακές με κριθαράκι ολικής, καρότο & τόνοςαλάτα Απόγευμα: Κουλουρούθκια με το μέλι	Πρόγευμα: Ρυζόγαλο με μέλι, κανέλα & σταφίδες Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μπιφτέκια από φιλέτο ψαριού σε στρογγυλό ψωμί και λαχανικά Απόγευμα: Ρυζόγαλο	Πρόγευμα: Φέτα με τυρί, βούτυρο & μαρμελάδα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Γιουβέτσι με γιαούρτι & σαλάτα Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 17/10	ΤΡΙΤΗ 18/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 19/10	ΠΕΜΠΤΗ 20/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 21/10
Πρόγευμα: Βρώμη με γάλα, σταφίδες, ξηρούς καρπούς και σοκολάτα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Σπανακόρυζο με γιαούρτι και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Κοκτέιλ κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά 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: Δημητριακά με γάλα και σταφίδες Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα με μέλι και καρύδια Μεσημεριανό: Μακαρόνια του φούρνου & σαλάτα Απόγευμα: Φρουτοσαλάτα με μέλι και καρύδια

ΔΕΥΤΕΡΑ 24/10	ΤΡΙΤΗ 25/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 26/10	ΠΕΜΠΤΗ 27/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28/10
Πρόγευμα: Φέτα με τυρί κρέμα & μαρμελάδα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φασόλια με πατάτες, λαχανικά, τόνο & πολύσπορο ψωμί Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά ολικής με γάλα 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: Φρυγανισμένο ψωμί ολικής άλεσης με βούτυρο & γαλοπούλα Δεκατιανό: Γιαουρτάκι με φρούτα Μεσημεριανό: Μπιζέλι με κρέας, πατάτες και λαχανικά Απόγευμα: Γιαουρτάκι με φρούτα	A P Γ I A Το Σχολείο είναι κλειστό

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 και στην ομάδα μας στο viber 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!! Επίσης όσα παιδιά παρουσιάζουν πυρετό θα πρέπει όταν επιστρέφουν στο σχολείο να φέρνουν μαζί τους αρνητικό rapid test ούτως ώστε να μειώσουμε τη μετάδοση του ιού.
4. Τα βιβλία που αφορούν το πρόγραμμα της «Γνωσιτεχνίας», για το κάθε παιδί είναι €20 για τα παιδιά ηλικίας 3-5χρ. και €27 για τα παιδιά της Προδημοτικής.
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. Την Παρασκευή 28 Οκτωβρίου είναι αργία (εθνική επέτειος της 28^{ης} Οκτωβρίου 1940) και το σχολείο μας θα είναι κλειστό.
7. Στις 28 Οκτωβρίου το σχολείο μας θα συμμετέχει στην παρέλαση με όσα παιδιά το επιθυμούν 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 και παρακαλούμε όπως τις προσέχετε πάρα πολύ γιατί ήταν αρκετό το κόστος αγοράς τους. Για το κάθε παιδάκι θα στοιχίσει €5 που αφορά το κόστος για τον καθαρισμό των πιο πάνω στολών και για τυχόν ζημιές που μπορεί να προκύψουν.
8. Τα αγόρια που θα ντυθούν τσολιάδες θα χρειαστούν καλσόν άσπρο εκτός από τη στολή που θα σας δοθεί, γι' αυτό όσοι δεν έχετε καλό θα ήταν να προμηθευτείτε το συντομότερο δυνατόν.