

Μηνιαίος προγραμματισμός Νοεμβρίου για το φαγητό 27/10/2025 - 28/11/2025

ΔΕΥΤΕΡΑ 27/10	ΤΡΙΤΗ 28/10	ΤΕΤΑΡΤΗ 29/10	ΠΕΜΠΤΗ 30/10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 31/10
Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά αναρή και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Α Ρ Γ Ι Α Το Σχολείο είναι κλειστό	Πρόγευμα: Αυγό Scabbled με λαχανικά & Πολύσπορο ψωμί Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι, καρότο & σαλάτα με ντοματίνια cherry Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα, φρούτα & σταφίδες Δεκατιανό: Σταφίδες & αμύγδαλα ανάλατα Μεσημεριανό: Σούπα βοδινό με ρύζι και λαχανικά Απόγευμα: Σταφίδες & αμύγδαλα ανάλατα	Πρόγευμα: Φέτα με μέλι και γάλα εμπλουτισμένο με ασβέστιο Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ρεβυθόρυζο με γιαούρτι Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 3/11	ΤΡΙΤΗ 4/11	ΤΕΤΑΡΤΗ 5/11	ΠΕΜΠΤΗ 6/11	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 7/11
Πρόγευμα: Bar Δημητριακών & γάλα Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα Μεσημεριανό: Σολωμός στο φούρνο με πατάτες & λαχανικά Απόγευμα: Φρουτοσαλάτα	Πρόγευμα: Τυρόπιτα με χωριάτικη ζύμη, αναρή, τυρί με χαμηλά λιπαρά, λίγο χαλούμι & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Σουβλάκι κοτόπουλο ή χοιρινό με λαχανικά σε πιτούλα & γιαούρτι Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με κριθαράκι ολικής, καρότο & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί ολικής άλεσης με χαρουπόμελο, & τυρί Δεκατιανό: Ελιόπιτα Μεσημεριανό: Γιουβέτσι με κριθαράκι ολικής, γιαούρτι & σαλάτα Απόγευμα: Ελιόπιτα	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Σούπα τράχανα με κοτόπουλο βραστό Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 10/11	ΤΡΙΤΗ 11/11	ΤΕΤΑΡΤΗ 12/11	ΠΕΜΠΤΗ 13/11	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 14/11
Πρόγευμα: Δημητριακά με μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Λουβί φρέσκο με κολοκύθι, λαχανικά, τόνο και ψωμί Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αναρή φρέσκα με χαρουπόμελο Δεκατιανό: Μήλο ψητό στο φούρνο με κανέλα & καστανή ζάχαρη Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά αναρή και λαχανικά Απόγευμα: Μήλο ψητό στο φούρνο με κανέλα & καστανή ζάχαρη	Πρόγευμα: Ομελέτα φούρνου με λαχανικά, cottage cheese & ψωμί πολύσπορο φρυγανισμένο Δεκατιανό: Κουλουρούθκια με το μέλι Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά και ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι Απόγευμα: Κουλουρούθκια με το μέλι	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα παστά Μεσημεριανό: Ψάρι φιλέτο πανέ με φρυγανιά ολικής, γάλα, αυγό, αρωματικά βότανα, ψημένο στο φούρνο με λίγο ελαιόλαδο, πατάτες & σαλάτα Απόγευμα: Φρούτα παστά	Πρόγευμα: Φέτα με τυρί κρέμα, γαλοπούλα & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κουνέλι στην κατσαρόλα με πατάτες και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 17/11	ΤΡΙΤΗ 18/11	ΤΕΤΑΡΤΗ 19/11	ΠΕΜΠΤΗ 20/11	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 21/11
Πρόγευμα: Δημητριακά ολικής με γάλα & σταφίδες Δεκατιανό: Φρούτα Παστά Μεσημεριανό: Κοκτέιλ σε κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα Παστά	Πρόγευμα: Ρυζόγαλο με μέλι, κανέλα & σταφίδες Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Αρνί στο φούρνο με πατάτες, γιαούρτι και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αυγοφέτα με σλάις ψωμί ολικής παναρισμένο σε αυγό με γάλα και λαχανικά Δεκατιανό: Κέικ γεωργ. Μεσημεριανό: Σούπα φακές με λαχανικά Απόγευμα: Κέικ γεωργ.	Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο, γαλοπούλα και λαχανικά Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα Μεσημεριανό: Μπιφτέκια με wedges's πατάτες στο φούρνο, γιαούρτι & λαχανικά Απόγευμα: Φρουτοσαλάτα	Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φασόλια με πατάτες, λαχανικά, τόνο και ψωμί Απόγευμα: Φρούτα
ΔΕΥΤΕΡΑ 24/11	ΤΡΙΤΗ 25/11	ΤΕΤΑΡΤΗ 26/11	ΠΕΜΠΤΗ 27/11	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28/11
Πρόγευμα: Φέτα με χαμ, βούτυρο & λαχανικά Δεκατιανό: Κέικ καρότο Μεσημεριανό: Κεφτέδες με κριθαράκι, γιαούρτι και λαχανικά Απόγευμα: Κέικ καρότο	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Ομελέτα με λαχανικά και φρυγανισμένο ψωμί Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, λαχανικά και ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ψαρόσουπα με ρύζι και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με μαρμελάδα, τυράκι τρίγωνο & λαχανικά Δεκατιανό: Γιαουρτάκι με φρούτα Μεσημεριανό: Πίτσα με λαχανικά, τυρί, αλλαντικά και σαλάτα Απόγευμα: Γιαουρτάκι με φρούτα

Ανακοινώσεις

- Έχει παρατηρηθεί ότι **οι περισσότεροι γονείς, δεν επισκέπτεστε την ιστοσελίδα μας, (www.charasworldkindergarten.com.cy)** όπου εκεί αναρτώνται το πρόγραμμα του φαγητού, το εβδομαδιαίο πρόγραμμα, ανακοινώσεις και διάφορα άλλα θέματα που αφορούν το σχολείο μας. Παρακαλούμε όπως, **τουλάχιστον μια φορά, στις αρχές της βδομάδας** επισκέπτεστε την ιστοσελίδα μας, **για καλύτερη ενημέρωση και συνεργασία μεταξύ μας.**
- Παρακαλούμε όπως **στις ανακοινώσεις, σε όλα όσα σας ζητούνται, καθώς και στα δίδακτρα** να είστε πιο **συνεπής** και να ανταποκρίνεστε πιο **έγκαιρα και άμεσα**, για καλύτερη οργάνωση όλων μας.
- 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!!
- Την Τρίτη 28 Οκτωβρίου είναι αργία και το σχολείο μας θα είναι κλειστό.**
- Την Τρίτη **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 **στοιχήσει €5 που αφορά το κόστος για τον καθαρισμό** των πιο πάνω στολών και για **τυχόν ζημιές** που μπορεί να προκύψουν.
- 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.
- Με την ευκαιρία της **θεματικής ενότητας «Η Ελιά και το λάδι»**, την **Τετάρτη 5 Νοεμβρίου** αν ο καιρός μας το επιτρέψει, θα επισκεφθούμε το ελαιοτριβείο, με τα παιδάκια του κάτω τμήματος.