

Μηνιαίος προγραμματισμός Φεβρουαρίου για το φαγητό 2/2/2026 - 27/2/2026

ΔΕΥΤΕΡΑ 2/2	ΤΡΙΤΗ 3/2	ΤΕΤΑΡΤΗ 4/2	ΠΕΜΠΤΗ 5/2	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 6/2
Πρόγευμα: Φέτα με μαργαρίνη soft, γαλοπούλα & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μπιζέλι με κρέας, πατάτες και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά ολικής με φρούτα, ξηρούς καρπούς & γάλα Δεκατιανό: Παστά Φρούτα Μεσημεριανό: Ψαρόσουπα με λαχανικά και ρύζι Απόγευμα: Παστά Φρούτα	Πρόγευμα: Ομελέτα φούρνου με λαχανικά, cottage cheese & ψωμί πολύσπορο φρυγανισμένο Δεκατιανό: Σταφίδες & αμύγδαλα ανάλατα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο & λαχανικά Απόγευμα: Σταφίδες & αμύγδαλα ανάλατα	Πρόγευμα: Δημητριακά ολικής με γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ραβιόλες με αναρή και στικς λαχανικών Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με μαρμελάδα & τυράκι τρίγωνο Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ρεβυθόριζο με γιαούρτι Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 9/2	ΤΡΙΤΗ 10/2	ΤΕΤΑΡΤΗ 11/2	ΠΕΜΠΤΗ 12/2	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 13/2
Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Λουβί ξηρό με λάχανα, λαχανικά, τόνο και ψωμί Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο, γαλοπούλα & λαχανικά Δεκατιανό: Μικρό Donut Μεσημεριανό: Σούπα βοδινό με ρύζι και λαχανικά Απόγευμα: Μικρό Donut	Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μακαρόνια του φούρνου & σουβλάκι λαχανικών (αγγουράκι, ντοματίνια) Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Ρυζόγαλο με μέλι, κανέλα και σταφίδες Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Σουβλάκι κοτόπουλο ή χοιρινό με λαχανικά και πιτούλα Απόγευμα: Ρυζόγαλο με μέλι, κανέλα και σταφίδες	Πρόγευμα: Bar Δημητριακών & γάλα με λίγο κακάο & μέλι (ζεστή σοκολάτα) Δεκατιανό: Παστά Φρούτα Μεσημεριανό: Σούπα φακές με λαχανικά, κρουτόν φούρνου ολικής & γιαούρτι Απόγευμα: Παστά φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 16/2	ΤΡΙΤΗ 17/2	ΤΕΤΑΡΤΗ 18/2	ΠΕΜΠΤΗ 19/2	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20/2
Πρόγευμα: Αναρή φρέσκα με χαρουπόμελο Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Γιουβέτσι με κριθαράκι ολικής, γιαούρτι & σαλάτα Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κολοκυθόσουπα με πορτοκαλιά κολοκύθα βελοντέ με κρουτόν και γιαούρτι Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αυγοφέτα με σλάις ψωμί ολικής παναρισμένο σε αυγό με γάλα και λαχανικά Δεκατιανό: Κέικ Καρότο Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο & λαχανικά Απόγευμα: Κέικ Καρότο	Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί ολικής άλεσης με μαργαρίνη soft & γαλοπούλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φασολάκι με κρέας, πατάτες και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Βρώμη με γάλα, σταφίδες, ξηρούς καρπούς και σοκολάτα Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα με μέλι & καρύδια Μεσημεριανό: Fish fingers με πουργούρι και λαχανικά Απόγευμα: Φρουτοσαλάτα με μέλι & καρύδια

ΔΕΥΤΕΡΑ 23/2	ΤΡΙΤΗ 24/2	ΤΕΤΑΡΤΗ 25/2	ΠΕΜΠΤΗ 26/2	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 27/2
Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί ολ. Άλεσης, τυράκι τρίγωνο, μαρμελάδα & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κοκτέιλ κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα και σταφίδες Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Πίτσα & σουβλάκι λαχανικών Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αυγό Scrabbled με λαχανικά & ψωμί Δεκατιανό: Παστά φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά & ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι Απόγευμα: Παστά Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με πολύσπορο ψωμί, μαρμελάδα & χαλούμι Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μπιφτέκια με wedges's πατάτες στο φούρνο, γιαούρτι & φέτες λαχανικών Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Τυρόπιτα με χωριάτικη ζύμη, αναρή, τυρί με χαμηλά λιπαρά, λίγο χαλούμι & λαχανικά Δεκατιανό: Μήλο ψητό στο φούρνο με κανέλα & καστανή ζάχαρη Μεσημεριανό: Σούπα τραχανά με κοτόπουλο βραστό Απόγευμα: Μήλο ψητό στο φούρνο με κανέλα & καστανή ζάχαρη

Ανακοινώσεις

1. Την **Πέμπτη 12 Φεβρουαρίου** είναι η Τσικνοπέμπτη και θα έχουμε στο σχολείο μας **Καρναβαλίστικο πάρτι**, όπου τα παιδιά μπορούν να ντυθούν, (να βάλει ο καθένας τη στολή που θέλει) και να έρθουν στο σχολείο μασκαρεμένοι για να ψήσουμε, να χορέψουμε, να παίξουμε και να έχουμε ένα όμορφο πάρτι!!
2. Το σχολείο μας θα συμμετέχει στην **Καρναβαλίστικη Παρέλαση**, που θα πραγματοποιηθεί στην Πόλη Χρυσοχούς στις **22/2/2026**. Φέτος το θέμα μας είναι «**Six – Seven..... Οι μικροί πρωταθλητές τη καρδιάς μας!!**». Το κόστος για την κάθε στολή είναι **€20**. Παρακαλώ όπως πληρωθούν **ΑΜΕΣΑ!!**
3. Στις **17 Φεβρουαρίου** θα παρακολουθήσουμε το κουκλοθέατρο της Κάλιας Χαραλάμπους. Θα το παρακολουθήσουν τα **παιδιά άνω των 18 μηνών** και το κόστος θα είναι **€5**.