



Μηνιαίος προγραμματισμός Μαρτίου για το φανητό 2/3/2026 - 27/3/2026

ΔΕΥΤΕΡΑ 2/3	ΤΡΙΤΗ 3/3	ΤΕΤΑΡΤΗ 4/3	ΠΕΜΠΤΗ 5/3	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 6/3
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 Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κουπέπια με γιαούρτι και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά Δεκατιανό: Αμύγδαλα και σταφίδες Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο & σαλάτα με ντοματίνια cherry Απόγευμα: Αμύγδαλα και σταφίδες	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μπιζέλι με κρέας, πατάτες και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με μαργαρίνη soft, γαλοπούλα & λαχανικά Δεκατιανό: Γιαουρτάκι με φρούτα Μεσημεριανό: Ρεβιθόρυζο με γιαούρτι Απόγευμα: Γιαουρτάκι με φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 9/3	ΤΡΙΤΗ 10/3	ΤΕΤΑΡΤΗ 11/3	ΠΕΜΠΤΗ 12/3	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 13/3
Πρόγευμα: Bar Δημητριακών και γάλα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φασόλια με πατάτες, λαχανικά, τόνο & πολύσπορο ψωμί Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Κοκτέιλ κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά Δεκατιανό: Πανακότα με γιαούρτι χαμ. Σε λιπαρά, στέβια & σάλτσα με φρέσκες φράουλες Μεσημεριανό: Γιοβέτσι με κριθαράκι ολικής, γιαούρτι & σαλάτα Απόγευμα: Παστά φρούτα	Πρόγευμα: Αυγοφέτα με σλάις ψωμί ολικής παναρισμένο σε αυγό με γάλα και λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά & ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φέτα με τυρί & μαρμελάδα Δεκατιανό: Χαλβά Μεσημεριανό: Χορτόσουπα με ρύζι, κοτόπουλο και λαχανικά Απόγευμα: Χαλβά	Πρόγευμα: Βρώμη με γάλα, σταφίδες, ξηρούς καρπούς & σοκολάτα μαύρα Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Μακαρόνια του φούρνου & σαλάτα Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 16/3	ΤΡΙΤΗ 17/3	ΤΕΤΑΡΤΗ 18/3	ΠΕΜΠΤΗ 19/3	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20/3
Πρόγευμα: Pancakes με βρώμη, μπανάνα, αυγό, φυτικόβούτυρο και μέλι Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Κουνέλι με πατάτες & λαχανικά στην κατσαρόλα Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Ρυζόγαλο Δεκατιανό: Παστά φρούτα Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά, λαχανικά και αναρή Απόγευμα: Ρυζόγαλο	Πρόγευμα: Ομελέτα με λαχανικά, τυρί & φρυγανισμένο ψωμί Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά & ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί ολ. Άλεσης, τυράκι τρίγωνο, μαρμελάδα Δεκατιανό: Κέικ Πορτοκάλι Μεσημεριανό: Μπιζιόλες στο φούρνο με πατάτες jacket, γιαούρτι και λαχανικά Απόγευμα: Κέικ Πορτοκάλι	Πρόγευμα: Κρουασάν ψημένο στο φούρνο με σοκολάτα και λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Ψάρι παγκάσιους στο φούρνο με πουργούρι και λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα

ΔΕΥΤΕΡΑ 23/3	ΤΡΙΤΗ 24/3	ΤΕΤΑΡΤΗ 25/3	ΠΕΜΠΤΗ 26/3	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 27/3
Πρόγευμα: Αυγό Scrabbled με λαχανικά & ψωμί Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Φακές με κριθαράκι ολικής, καρότο & λαχανικά Απόγευμα: Φρούτα	Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα Δεκατιανό: Σταφίδες & αμύγδαλα ανάλατα Μεσημεριανό: Σπιτικές ψαροκροκέτες & Πουρέ πατάτας / καρότου & σαλάτα Απόγευμα: Σταφίδες & αμύγδαλα ανάλατα	A P Γ I A Το Σχολείο είναι κλειστό	Πρόγευμα: Αναρή φρέσκα με χαρουπόμελο Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα με μέλι και καρύδια Μεσημεριανό: Κεφτέδες με κριθαράκι, γιαούρτι & σαλάτα Απόγευμα: Φρουτοσαλάτα με μέλι και καρύδια	Πρόγευμα: Φέτα με μαρμελάδα, τυρί & λαχανικά Δεκατιανό: Φρούτα Μεσημεριανό: Λουβί ξηρό με λάχανα, λαχανικά, τόνο και ψωμί Απόγευμα: Φρούτα

Ανακοινώσεις

1. Παρακαλούμε όλους τους γονείς **να ενημερώσουν το σχολείο**, για τη φοίτηση των παιδιών τόσο **για τη νέα σχολική χρονιά** όσο και για **την Καλοκαιρινή περίοδο (μέχρι πότε θα έρχονται τα παιδιά σχολείο)**.
2. Την **Τετάρτη 4 Μαρτίου** θα παρακολουθήσουμε το θέατρο «**Το τρενάκι της φιλίας**», από το Θέατρο Μασκαρίνι, το οποίο θα παρακολουθήσουν όσα παιδιά είναι **άνω των 18 μηνών (1,5 χρονών)** το κόστος για το κάθε παιδί είναι **€5**.
3. Την **Τετάρτη 25 Μαρτίου** είναι η **εθνική επέτειος** και το σχολείο μας **θα συμμετέχει στην παρέλαση με τα παιδιά που είναι άνω των 2,5 χρ.** Παρακαλώ όσοι θα συμμετέχουν να μας ενημερώσουν. Τα παιδιά θα είναι 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.
4. Το σχολείο μας θα είναι κλειστό για τις γιορτές του Πάσχα τις πιο κάτω ημέρες:

Μ. Πέμπτη 9/4/2026

Μ. Παρασκευή 10/4/2026

Δευτέρα του Πάσχα 13/4/2026

Τρίτη του Πάσχα 14/4/2026