



Μηνιαίος Προγραμματισμός Ιουλίου για το φανητό 30/6/2025 - 1/8/2025

ΔΕΥΤΕΡΑ 29/6	ΤΡΙΤΗ 30/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 1/7	ΠΕΜΠΤΗ 2/7	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 3/7
<p>Πρόγευμα: Ψωμί ολικής άλεσης με τρίγωνα τυράκια & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ρεβιθόρυζο με γιαούρτι & σουβλάκι λαχανικών</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Κρέπες με νουτέλα, φρούτα και μπισκότο</p> <p>Μεσημεριανό: Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες γιαούρτι & σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με κριθαράκι ολικής καρότο & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Τζέλι</p> <p>Μεσημεριανό: Κεφτέδες με κριθαράκι ολικής, γιαούρτι & σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Τζέλι</p>	<p>Πρόγευμα: Φέτα με πολύσπορο ψωμί, τυρί κρέμα + γαλοπούλα & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Μακαρόνια με κιμά, λαχανικά και αναρή</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 6/7	ΤΡΙΤΗ 7/7	ΤΕΤΑΡΤΗ 8/7	ΠΕΜΠΤΗ 9/7	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10/7
<p>Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Παστά φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Μπιζέλι με κρέας, πατάτες και λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο, γαλοπούλα και λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Παγωτό</p> <p>Μεσημεριανό: Ραβιόλες με αναρή και στικς λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Ομελέτα με λαχανικά & φρυγανισμένο ψωμί</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο, και λαχανικά & ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά Βρώμης με γάλα, σταφίδες, ξηρούς καρπούς & σοκολάτα</p> <p>Δεκατιανό: Τζέλι με φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ψάρι παγκάσιους τηγανιτό, με πατάτες στο φούρνο και λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Τζέλι με φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Ρυζόγαλο με μέλι, κανέλα και σταφίδες</p> <p>Δεκατιανό: Γρανίτα φράουλα</p> <p>Μεσημεριανό: Κόκτειλ σε κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 13/7	ΤΡΙΤΗ 14/7	ΤΕΤΑΡΤΗ 15/7	ΠΕΜΠΤΗ 16/7	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 17/7
<p>Πρόγευμα: Δημητριακά ολικής με γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Πίτσα & σουβλάκι λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Pancakes με βρώμη, μπανάνα, αυγό</p> <p>Δεκατιανό: Φρουτοσαλάτα με παγωτό</p> <p>Μεσημεριανό: Κολοκυθοκεφτέδες με πατάτες πουρέ και τζατζίκι (χωρίς σκόρδο)</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί με αβγό πάνω στο ψωμί ψημένο με μαργαρίνη και λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με άγριο ρύζι, λαχανικά, ντοματίνια & φυσικό χυμό</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Φέτα με μαργαρίνη soft, μέλι & χαλούμι</p> <p>Δεκατιανό: Κρέμα καραμελέ</p> <p>Μεσημεριανό: Σουβλάκι κοτόπουλο ή χοιρινό με λαχανικά και πιτούλα</p> <p>Απόγευμα: Κρέμα καραμελέ</p>	<p>Πρόγευμα: Ρολάκια με σλάις ψωμί, τυρί κρέμα και γαλοπούλα κομμένα σε φέτες</p> <p>Δεκατιανό: Milk Shake</p> <p>Μεσημεριανό: Λουβί με λάχανα, λαχανικά, τόνο & ψωμί</p> <p>Απόγευμα: Milk Shake</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 20/7	ΤΡΙΤΗ 21/7	ΤΕΤΑΡΤΗ 22/7	ΠΕΜΠΤΗ 23/7	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 24/7
<p>Πρόγευμα: Bar Δημητριακών & milk shake με γάλα, κακάο & μέλι</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φασόλια με πατάτες, λαχανικά, τόνο & ψωμί</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Γιαούρτι με δημητριακά, φρούτα, μέλι και ξηρούς καρπούς.</p> <p>Δεκατιανό: Γρανίτα Φράουλας</p> <p>Μεσημεριανό: Μακαρόνια του φούρνου & σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Παστά φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Ομελέτα με λαχανικά & φρυγανισμένο ψωμί</p> <p>Δεκατιανό: Τζέλι με Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με κριθαράκι ολικής, καρότο & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Τζέλι με Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Τυρόπιτα με χωριάτικη ζύμη, αναρή, τυρί με χαμηλά λιπαρά, λίγο χαλούμι & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Γιουβέτσι με γιαούρτι και σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Φέτα με μαρμελάδα και τυρί</p> <p>Δεκατιανό: Παγωτό</p> <p>Μεσημεριανό: Σολωμός στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Παγωτό</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 27/7	ΤΡΙΤΗ 28/7	ΤΕΤΑΡΤΗ 29/7	ΠΕΜΠΤΗ 30/7	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 31/7
<p>Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο, γαλοπούλα και λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ρολό στο φούρνο με πατάτες, λαχανικά και γιαούρτι</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Πουργούρι με Chicken nuggets, λαχανικά και γιαούρτι</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί ή κριτσίνια ολικής & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Παγωτό</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με κριθαράκι ολικής καρότο & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο, μέλι & χαλούμι</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Μακαρόνια τρικολόρ, με αλλαντικά, λαχανικά και τυρί</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Σπιτική λεμονάδα με μπισκότα</p> <p>Μεσημεριανό: Μπιφτέκια με wedges's πατάτες στο φούρνο, γιαούρτι & φέτες λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Σπιτική λεμονάδα με μπισκότα</p>

Ανακοινώσεις

1. Την **Τρίτη 14 Ιουλίου** θα παρακολουθήσουμε στο σχολείο το **κουκλοθέατρο της Κάλιας Χαραλάμπους**. Θα το παρακολουθήσουν όλα τα παιδιά **άνω των 18 μηνών**. Το κόστος για κάθε παιδί είναι **€5**.
2. Να σας ενημερώσουμε ότι το νηπιαγωγείο μας **κατά το μήνα Αύγουστο θα είναι ανοικτό και θα κλείσει μόνο 10 – 21 Αυγούστου**. Τα δίδακτρα για το μήνα θα είναι μειωμένα κατά **1 βδομάδα**.
3. Παρακαλούμε όπως επιστραφούν **οι φάκελοι με τα παραμύθια από τη δανειστική βιβλιοθήκη**.
4. **Όσοι δεν έχουν πληρώσει το πακέτο του φωτογράφου, τα δώρα, το κολύμπι κλπ. Να το κάνουν άμεσα**.
5. Οι φωτογραφίες της τελικής μας γιορτής θα σας σταλούν σύντομα με **link** και παρακαλούμε να πάρετε όλοι φάκελο από το **σχολείο και να παραγγείλετε άμεσα**, βάζοντας και το αντίστοιχο ποσό μέσα στο φάκελο, **αν η παραγγελία ξεπερνά την τιμή του πακέτου**.