



ΠΡΩΙΝΟ

(8:00π.μ.-9:00π.μ)

Ρόφημα: Γάλα αγελάδος φρέσκο ή εβαπορέ ή τσάι

Βούτυρο αγελάδος,μαργαρίνη

Μαρμελάδες κεράσι,ροδάκινο, μέλι

Ζάχαρη λευκή

Φέτες ψωμιού σίτου ή φρυγανιές

Χυμός πορτοκάλι

Αυγά βραστά ή ομελέτα

Αλλαντικά σε φέτες

Gouda σε φέτες

Δημητριακά πρωινού



Menu σίτισης Εβδομάδα 28/02/22-06/03/22

Μεσημεριανό Γεύμα

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Κυρίως πιάτο	Μπούτι κοτόπουλο	Αρακάς	Φασόλια γίγαντες	Σπαγγέτι μπολονέζ	Γιουβέτσι θαλασσινών	Χοιρινό λεμονάτο	Μπιφτέκια μοσχαρίσια
Γαρνιτούρες	Ρύζι κ πατάτες φούρνου	Πατάτες φούρνου			Κριθαράκι	Ρύζι κ πατάτες φούρνου	Ρύζι κ πατάτες φούρνου
Σαλάτες	Μαρουλοσαλάτα	Πολίτικη		Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα	Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα
Τυρί			Φέτα	Κεφαλοτύρι τριμμένο			
Επιδόρπιο	Μήλο	Πορτοκάλι	Μήλο	Κορμός σοκολάτας ή φρούτο εποχής	Πορτοκάλι	Μήλο	Ρεβανί ή φρούτο εποχής

Δείπνο

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Κυρίως πιάτο	Πέννες ναπολιταν	Γλώσσα σπετσιώτα φούρνου	Φασολάκια λαδερά	Μοσχάρι κοκκινιστό	Σπαγγέτι με κόκκινη σάλτσα	Παστίσιο	Μπακαλιάρος φούρνου πλακί
Γαρνιτούρες		Ρύζι κ πατάτες φούρνου	Πατάτες φούρνου	Ρύζι			Ρύζι
Σαλάτες	Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα	Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα	Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα	Πολίτικη
Τυρί					Κεφαλοτύρι ή φέτα		
Επιδόρπιο	Πορτοκάλι	Μήλο	Κορμός σοκολάτας ή φρούτο εποχής	Πορτοκάλι	Μήλο	Πορτοκάλι	Μήλο

Για φοιτητές που δεν έχουν κάρτα σίτισης, διοικητικούς υπαλλήλους και μεταπτυχιακούς τιμή μερίδας-σαλάτας-ψωμί:4.5ευρώ

Επιπλέον του εβδομαδιαίου μενού προσφέρεται 10% έκπτωση σε μερίδες από το υπόλοιπο μενού ημέρας του εστιατορίου.



Μενυ σίτισης Εβδομάδα 07/03/22-13/03/22

Μεσημεριανό Γεύμα

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Κυρίως πιάτο	Φασολάδα με καρότο κ σέλινο	Κεφτεδάκια φούρνου με σάλτσα ντομάτας	Φιλετακια κοτόπουλο	Σπαγγέτι μπολονέζ	Αρακάς	Μπακαλιάρος φούρνου πλακί	Μοσχάρι κοκκινιστό
Γαρνιτούρες		Ρύζι κ πατάτες	Ρύζι κ πατάτες ή κριθαράκι		Πατάτες φούρνου	Ρύζι κ πατάτες	Ρύζι κ πατάτες
Σαλάτες	Πολίτικη	Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα	Μαρουλοσαλάτα	Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα	Πολίτικη
Τυρί				Κεφαλοτύρι	Φέτα		
Επιδόρπιο	Πορτοκάλι	Μήλο ή αχλάδι	Πορτοκάλι	Ζελέ φρούτων ή φρούτο εποχής	Μήλο ή αχλάδι	Μήλο ή αχλάδι	Κορμός σοκολάτας ή φρούτο εποχής

Δείπνο

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Κυρίως πιάτο	Πέννες μπολονέζ	Φασολάκια	Σπανακόρυζο	Σπετσοφάι με λουκάνικα κ πιπεριές	Σουπιές σιφάδο	Χοιρινό ψητό με δενδρολίβανο	Γλώσσα φούρνου σπετσιοίτα
Γαρνιτούρες		Πατάτες φούρνου		Ρύζι κ πατάτες φούρνου	Πατάτες φούρνου	Ρύζι κ πατάτες φούρνου	Πατάτες φούρνου ή ρύζι
Σαλάτες	Πολίτικη			Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα	Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα
Τυρί	Κεφαλοτύρι	Φέτα	Φέτα				
Επιδόρπιο	Μήλο ή αχλάδι	Πορτοκάλι	Ζελέ φρούτων ή φρούτο εποχής	Μήλο ή αχλάδι	Πορτοκάλι	Κορμός σοκολάτας ή φρούτο εποχής	Μήλο ή αχλάδι

Για φοιτητές που δεν έχουν κάρτα σίτισης, διοικητικούς υπαλλήλους και μεταπτυχιακούς τιμή μερίδας-σαλάτας-ψωμί:4.5ευρώ

Επιπλέον του εβδομαδιαίου μενού προσφέρεται 10% έκπτωση σε μερίδες από το υπόλοιπο μενού ημέρας του εστιατορίου



Menu σίτισης

Μεσημεριανό Γεύμα

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25/02	ΣΑΒΒΑΤΟ 26/02	ΚΥΡΙΑΚΗ 27/02
Κυρίως πιάτο	Φακή	Γεμιστά με ρύζι	Χταπόδι με κοφτό μακαρόνι
Γαρνιτούρες			
Σαλάτες		Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα
Τυρί	Φέτα		
Επιδόρπιο	Πορτοκάλι	Μήλο ή αχλάδι	Φρούτο εποχής

Δείπνο

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25/02	ΣΑΒΒΑΤΟ 26/02	ΚΥΡΙΑΚΗ 27/02
Κυρίως πιάτο	Πέννεςναπολιτέν	Ωγκραντεν ζυμαρικών	Σαρδέλα φούρνου
Γαρνιτούρες			Ρύζι ή πατάτες φούρνου
Σαλάτες	Πολίτικη	Μαρουλοσαλάτα	Πολίτικη
Τυρί	Κεφαλοτύρι		
Επιδόρπιο	Μήλο	Πορτοκάλι	Πορτοκάλι

Για φοιτητές που δεν έχουν κάρτα σίτισης, διοικητικούς υπαλλήλους και μεταπτυχιακούς τιμή μερίδας-σαλάτας-ψωμί:4.5ευρώ

Επιπλέον του εβδομαδιαίου μενού προσφέρεται 10% έκπτωση σε μερίδες από το υπόλοιπο μενού ημέρας του εστιατορίου

