

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙΙ:
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ
(ΤΕΣΣΑΡΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ)

ΤΜΗΜΑ Β: ΕΠΑΡΧΙΑ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

- 1) ΚΕΝΤΡΟ ΥΠΟΔΟΧΗΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑΣ ΑΙΤΗΤΩΝ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ (ΚΥΦΑΔΠ) ΣΤΗΝ ΚΟΦΙΝΟΥ**
- 2) ΚΕΝΤΡΟ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑΣ (ΚΕΦ) «ΛΙΜΝΕΣ» ΣΤΗ ΜΕΝΟΓΕΙΑ**

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ - ΕΒΔΟΜΑΔΑ 1
ΠΡΟΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Ρυζόγαλο	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Κέικ βανίλιας ή πορτοκάλι	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Κέικ σοκολάτας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Κέικ γεωγραφίας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Μπισκότα ή κράκερ	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Μπισκότα	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Γκοφρέτα

ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Φασόλια Γιαχνί με πατάτες και καρότα, Σαλάτα, Τόνος, Ελιές, Ψωμί Φέτες, Φρούτο	Κοτόπουλο και Πατάτες φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Ψευδοταβάς με διάφορα λαχανικά στο φούρνο, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Φαλάφελ, Ρύζι, Ταμπουλέ (Tabbouleh) Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα αραβική, Φρούτο	Ρεβίθια γιαχνί με σπανάκι, Σαλάτα, Ελιές, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες Φρούτο	Γύρος Κοτόπουλο, Κίτρινο Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα αραβική, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Κολοκυθοκεφτέδες, Κίτρινο Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα αραβική, Φρούτο	Φασολάκι Γιαχνί, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Κοτόπουλο χωρίς κόκκαλο, Πατάτες στο φούρνο, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί Φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Μπιφτέκι χορτοφαγικό μέσα σε Φραντζολάκι στρογγυλό, Πατάτες, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο

ΒΡΑΔΙΝΟ ΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Σπανακόρυζο ή Egg-fried rice με λαχανικά Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Ψάρι πανέ, Ρύζι, Μαγιονέζα ατομική (σε φακελάκια ή δοχείο), Σαλάτα, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Κολοκυθοκεφτέδες, Ρύζι πιλάφι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Βοδινό μπιφτέκι μέσα σε φραντζολάκι, Πατάτες φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Μπιφτέκι χορτοφαγικό μέσα σε Φραντζολάκι, Πατάτες φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Κοτόπουλο Σουβλάκι (kebab), Κίτρινο Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα κυπριακή, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Τουρλού Τουρλού, λαχανικά, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Μπιριάνι (Biryani) Χορτοφαγικό Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Βοδινός Γύρος, Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Ρύζι με λαχανικά, σάλτσα ντομάτας και μπαχαρικά Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Πίτσα με τυρί/χαλούμι, μανιτάρια, ντομάτα, πιπεριές, κρεμμύδι. Κέτσαπ ατομική (σε φακελάκια ή δοχείο) Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ - ΕΒΔΟΜΑΔΑ 2

ΠΡΟΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Κέικ Βανίλιας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Γκοφρέτα σοκολάτας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Κέικ σοκολάτας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Κέικ καρύδας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Ατομικό Ρυζόγαλο	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Κέικ γεωγραφίας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Μπισκότα ή κράκερ

ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Φακές Μουτζέντρα (Φακόρυζο), Σαλάτα, Τόνος, Ελιές, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες Φρούτο,	Φτερούγες κοτόπουλο, Πατάτες φούρνου, Σαλάτα Γιαούρτι Ψωμί φέτες Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Μπιφτέκι χορτοφαγικό σε Φραντζολάκι στρογγυλό, Πατάτες, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Τουρλού τουρλού λαχανικά στο φούρνο ή Μελιτζάνες Φούρνου Γιαχνί (εναλλάξ ή εποχιακά), Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί Φέτες, Φρούτο	Φασόλια γιαχνί (πλακί) με πατάτες και καρότα, Σαλάτα, Ελιές, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες Φρούτο,	Κοτόπουλο Σουβλάκι Σατάι (Satay), Κίτρινο Ρύζι Σαλάτα Γιαούρτι, Πίτα οβάλ, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Κολοκυθοκεφτέδες, Ρύζι πιλάφι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα οβάλ, Φρούτο	Μπιζέλι με πατάτες και καρότα, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Κοτόπουλο Καλντερέτα (Caldereta) με λαχανικά, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Τουρλού Τουρλού λαχανικά, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο

ΒΡΑΔΙΝΟ ΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Ψάρι με ρύζι και λαχανικά στο φούρνο, Μαγιονέζα ατομική (σε φακελάκια ή δοχείο), Σαλάτα, Ψωμί φέτες Φρούτο	Πιλάφι κριθαράκι με μανιταράκια, βοδινό κιμά και σάλτσα, Τρίμμα τυριού, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Βοδινό ή κοτόπουλο μπιφτέκι σε φραντζολάκι στρογγυλό, Πατάτες, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Κοτόπουλο πανέ (nuggets), Ρύζι κίτρινο, Σαλάτα, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Ψευδοταβάς με διάφορα λαχανικά φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Βοδινό Μανσάφ, Κίτρινο Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Ομελέτα φούρνου με λαχανικά και μυρωδικά ή Egg-fried rice με κοτόπουλο Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο
Χορτοφαγική Επιλογή Κολοκυθοκεφτέδες, Μαροκινό ρύζι πιλάφι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Χορτοφαγική Επιλογή Φαλάφελ, Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Χορτοφαγική Επιλογή Μπιφτέκι χορτοφαγικό Φραντζολάκι στρογγυλό, Πατάτες, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Χορτοφαγική Επιλογή Τουρλού Τουρλού, λαχανικά, Σαλάτα, Ψωμί φέτες, Φρούτο		Χορτοφαγική Επιλογή Ρύζι με λαχανικά, σάλτσα ντομάτας και μπαχαρικά Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ - ΕΒΔΟΜΑΔΑ 3

ΠΡΟΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Ρυζόγαλο	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Κέικ σοκολάτας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Μάφιν σοκολάτας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Γιαουρτάκι φρούτων	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Κράκερ ή Μπισκότα	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Κέικ γεωγραφίας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Σοκολάτα

ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Ρεβίθια γιαχνί με σπανάκι, Σαλάτα, Ελιές, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο,	Κοτόπουλο χωρίς κόκκαλο, Πατάτες γιαχνί φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Ψευδοταβάς με διάφορα λαχανικά στο φούρνο Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Φαλάφελ, Ρύζι με μπαχαρικά, Σαλάτα Ταμπουλέ (Tabbouleh), Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Φασόλια Βραστά με πατάτες και καρότα, Σαλάτα, Τόνος, Ελιές, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες Φρούτο,	Γύρος Κοτόπουλο, Κίτρινο Ρύζι Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα οβάλ, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Κολοκυθοκεφτέδες, Ρύζι πιλάφι μαροκινό, Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα, Φρούτο	Φασολάκι Γιαχνί με πατάτες και καρότο, Σαλάτα, Ελιές, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες Φρούτο,	Κοτόπουλο Σουβλάκι (kebab), Κίτρινο Ρύζι Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Μπιφτέκι χορτοφαγικό, Φραντζολάκι στρογγυλό, Πατάτες Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο

ΒΡΑΔΙΝΟ ΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Ψάρι πανέ, Μαροκινό πιλάφι, Μαγιονέζα ατομική (σε φακελάκια ή δοχείο), Σαλάτα, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Κολοκυθοκεφτέδες, Ρύζι πιλάφι, Σαλάτα, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Μακαρόνια (σπαγγέτι ή πέννες) με λαχανικά (κολοκυθάκι, καρότο, ντομάτα, μανιτάρια, καλαμπόκι) και κόκκινη σάλτσα, τριμμα μυζήθρας ή άλλου τυριού Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Κοτόπουλο με πατάτες φούρνου Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Τουρλού Τουρλού, λαχανικά, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Βοδινό ή κοτόπουλο μπιφτέκι μέσα σε φραντζολάκι, Πατάτες φούρνου με μπαχαρικά, Σαλάτα, Γιαούρτι Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Μπιφτέκι χορτοφαγικό μέσα σε Φραντζολάκι Πατάτες φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Μπιριάνι (Biryani) Χορτοφαγικό Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Βοδινό Γύρος, Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα ψωμί, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Ρύζι πιλάφι με λαχανικά και σάλτσα ντομάτας και μπαχαρικά Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί Φρούτο	Ρύζι με κοτόπουλο και λαχανικά (ντομάτα, πιπεριές, μανιτάρι, καρότο, κολοκυθάκι), Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ - ΕΒΔΟΜΑΔΑ 4

ΠΡΟΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Κέικ σοκολάτας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Σοκολάτα ή γκοφρέτα	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Ρυζόγαλο	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Κέικ σοκολάτας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Κράκερ ή Μπισκότα	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Κέικ βανίλιας	Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα Γάλα ή Τσάι/Καφές Αυγό ή Γκοφρέτες

ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Φακές με ρύζι με καρότο, κρεμμύδι, πατάτα, Σαλάτα, Ελιές, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Κοτόπουλο Σουβλάκι Σατάι (Satay), Κίτρινο Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα οβάλ, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Χορτοφαγικά κεφτεδάκια στο φούρνο, Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Πίτα οβάλ, Φρούτο	Ψευδοταβάς με διάφορα λαχανικά φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Λουβί με λάχανα, Σαλάτα, Τόνος, Ελιές, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Φτερούγες Κοτόπουλο, Πατάτες Φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Κολοκυθοκεφτέδες, Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Μπάμιες Γιαχνί, Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Κοτόπουλο και Πατάτες φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Μπιφτέκι χορτοφαγικό σε στρογγυλό Φραντζολάκι, Πατάτες φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο

ΒΡΑΔΙΝΟ ΓΕΥΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Ψάρι με λαχανικά στο φούρνο, Ρύζι, Μαγιονέζα ατομική (σε φακελάκια ή δοχείο), Σαλάτα, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Τουρλού Τουρλού λαχανικά στο φούρνο και ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Φαλάφελ, Ρύζι με μπαχαρικά, Σαλάτα Ταμποulé (Tabbouleh), Γιαούρτι, Ψωμί, Φρούτο	Βοδινό ή κοτόπουλο μπιφτέκι σε φραντζολάκι, Πατάτες φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Μπιφτέκι χορτοφαγικό Φραντζολάκι στρογγυλό, Πατάτες φούρνου, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Κοτόπουλο Καλντερέτα (Caldereta) με λαχανικά, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Κολοκυθοκεφτέδες, Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί φέτες, Φρούτο	Τουρλού τουρλού λαχανικά στο φούρνο ή Μελιτζάνες Φούρνου Γιαχνί (εναλλάξ ή εποχιακά), Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Ψωμί Φέτες, Φρούτο	Βοδινό Μανσάφ, Κίτρινο Ρύζι, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο Χορτοφαγική Επιλογή Ρύζι με λαχανικά και σάλτσα ντομάτας με μπαχαρικά, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο	Λαζάνια φούρνου Χορτοφαγικά με άσπρη σάλτσα ή (εναλλάξ) Μακαρόνια πένες με λαχανικά (κολοκυθάκι, καρότο, ντομάτα, μανιτάρια, καλαμπόκι) και τυρί παρμεζάνα, Σαλάτα, Γιαούρτι, Φρούτο

Σημαντικές Σημειώσεις:

- Όταν ζητείται η παροχή **Υλικών για Σάντουιτς** το Εβδομαδιαίο Πρόγραμμα Προγεύματος έχει ως ακολούθως:

ΠΡΟΓΕΥΜΑ						
ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Ψωμί Φέτες, Μαργαρίνη, Μέλι, Τυρί	Ψωμί Φέτες, Μαργαρίνη, Μέλι, Τυρί	Ψωμί Φέτες, Μαργαρίνη, Μαρμελάδα, Χαλούμι	Ψωμί Φέτες, Μαργαρίνη, Μέλι, Τυρί	Ψωμί Φέτες, Μαργαρίνη, Μέλι, Τυρί	Ψωμί Φέτες, Μαργαρίνη, Μαρμελάδα, Χαλούμι	Ψωμί Φέτες, Μαργαρίνη, Μαρμελάδα, Τυρί

- Όταν ζητείται η παροχή **Ατομικού Αρτοσκευάσματος** το Εβδομαδιαίο Πρόγραμμα Προγεύματος έχει ενδεικτικά ως ακολούθως:

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΓΕΥΜΑΤΟΣ			
	ΗΜΕΡΕΣ	ΑΡΤΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ	ΒΑΡΟΣ (g)*
1	Δευτέρα	Χαλουμωτή ή Τυρόπιτα	130-150
2	Τρίτη	Σταφιδόψωμο	150
3	Τετάρτη	Κρουασάν σοκολάτας ή μαρμελάδας	80-100
4	Πέμπτη	Μηλόπιτα ή Τσουρέκι ή Ντόνατς	135-150
5	Παρασκευή	Χαλουμωτή ή Τυρόπιτα	130-150
6	Σάββατο	Σταφιδόψωμο	150
7	Κυριακή	Κρουασάν σοκολάτας ή μαρμελάδας	80-100

*Ανά άτομο

	ΗΜΕΡΕΣ	ΡΟΦΗΜΑΤΑ	ΒΑΡΟΣ (g)*
2A	ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ	Τσάι ή καφές σε φακελάκι	1,3
2B		Ζάχαρη	10

*Ανά άτομο

- Οι Τεχνικές προδιαγραφές παρατίθενται στο Παράρτημα II των Εγγράφων Διαγωνισμού.
- Τα Εβδομαδιαία Προγράμματα Σίτισης καθ' όλη τη διάρκεια της σύμβασης θα περιστρέφονται με συνεχή κυκλική εναλλαγή των εβδομάδων (1^η, 2^η, 3^η και 4^η και ξανά από την αρχή).
- Όπου υπάρχει επιλογή με δύο διαφορετικά φαγητά σε ένα γεύμα, θα προσφέρονται εναλλάξ προκειμένου να μην επαναλαμβάνονται συχνά τα ίδια γεύματα.
- Σε σχέση με το **Πρόγευμα** διευκρινίζονται τα ακόλουθα:
 - Το γάλα προσφέρεται στο παρόν στάδιο μόνο στο ΚΥΦΑΔΠ Κοφίνου (1 λίτρο κάθε 4 ημέρες / γάλα μακράς διάρκειας 1,5% ή 3,5% λιπαρά).
 - Το τσάι/καφές με ζάχαρη, προσφέρεται στο παρόν στάδιο μόνο στο ΚεΦ Λίμνες (σε ατομικές συσκευασίες).
 - Το αυγό προσφέρεται σε ωμή μορφή μόνο στο ΚΥΦΑΔΠ Κοφίνου μαζί με το πρόγευμα. Κατά τις ημέρες που περιλαμβάνεται αυγό στο πρόγραμμα, στο ΚεΦ Λίμνες θα παρέχεται αντίστοιχα η δεύτερη επιλογή σνακ προγεύματος.
 - Σε σχέση με το μέρος του Προγεύματος που αφορά «Υλικά για Σάντουιτς ή Ατομικό Αρτοσκεύασμα», αναφέρεται ότι στο ΚΥΦΑΔΠ Κοφίνου συνήθως προσφέρονται και τα δύο (π.χ. εναλλάξ ή ανά εβδομάδα), ενώ στο ΚεΦ Λίμνες συνήθως προσφέρεται μόνο το ατομικό αρτοσκεύασμα. Ο Ανάδοχος θα ενημερώνεται γραπτώς για τις ανάγκες των δύο Κέντρων.
- Η Αναθέτουσα Αρχή δύναται να προβαίνει σε αναθεώρηση του προγράμματος για τον οποιοδήποτε λόγο, με τις σχετικές τροποποιήσεις να πραγματοποιούνται σε συνεργασία με τον Ανάδοχο. Το φαγητό που θα αντικαθίσταται μετά από έγκριση της Υπηρεσίας Ασύλου, θα είναι ίσης αξίας και θα παρασκευάζεται με τις πρώτες ύλες που δίνονται στους όρους του διαγωνισμού.
- Ο Ανάδοχος δύναται επίσης να υποβάλλει για έγκριση στην Αναθέτουσα Αρχή, εισηγήσεις για επιπρόσθετα μενού φαγητών, π.χ. για να περιλαμβάνονται εποχιακά προϊόντα, με τα προϊόντα και τις αντίστοιχες τεχνικές προδιαγραφές τους να είναι ίσα ή καλύτερα από αυτά που περιλαμβάνονται ήδη στη σύμβαση.