



Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
						1
2 Κοτόπουλο με εραχανά	3 Ντολμάδες	4 Γίχαντες στο φούρνο	5 Μακαρόνια με ψάρι	6 Φακές χορδόσουπα	7	8
9 Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες	10 Κεφτέδες με πουρηούρι	11 Φασολάκι γιαχνί με πατάτες και καρότο	12 Σούπα του ψαρά	13 Μπιφτέκια κινόα σε φραντζολάκι	14	15
16 Κοτόπουλο με μακαρόνια και ερίμμα	17 Γιουβαρλάκια αυχολέμονο	18 Λουβιά με ντομάτα, αγγουράκι και ζόνο	19 Ψάρι πανέ με πατάτες wedges	20 Φακές με κριθαράκι	21	22
23 Κοτόπουλο κάρυ με ρύζι και λαχανικά	24 Μακαρόνια με κιμά	25 Ρεβύθια με σπανάκι γιαχνί	26 Ψαροκεφτέδες με πουρηούρι	27 Φασόλια γιαχνί με πατάτες και καρότο	28	29
30 Κοτόπουλο με σπανακόρυζο						