

**ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ**

***13/1/2025 - 16/1/2025***

**ΔΕΥΤΕΡΑ**

**ΤΡΙΤΗ**

**ΤΕΤΑΡΤΗ**

**ΠΕΜΠΤΗ**

**Μακαρόνια με  
κιμά  
Τρίμα τυριού**

**Κοτόπουλο στο  
φούρνο με  
πατάτες  
Σαλάτα**

**Μπιφτέκια με  
πουργούρι  
Γιαούρτι**

**Λουβί βραστό με  
κολοκύθι  
Ψάρι φιλέτο  
καπηρωμένο  
Ψωμί**