

A9

ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΜΑΡΤΙΟΣ-ΜΑΙΟΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ:
ΤΡΙΤΗ:
ΤΕΤΑΡΤΗ:
ΠΕΜΠΤΗ:
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ:

ΓΕΥΜΑΤΑ 1ης ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

Μακαρόνια με κόκκινη σάλτσα και λαχανικά, φρούτο.
Μπιφτέκια με πατάτες και σαλάτα, φρούτο
Ψάρι ψητό με λαχανικά & πατάτες φούρνου, φρούτο
Μακαρόνια με κόκκινη σάλτσα και λαχανικά, φρούτο.
Μπιφτέκια με πατάτες και σαλάτα, φρούτο

ΔΕΥΤΕΡΑ:
ΤΡΙΤΗ:
ΤΕΤΑΡΤΗ:
ΠΕΜΠΤΗ:
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ:

ΓΕΥΜΑΤΑ 2ης ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

Μακαρόνια με κόκκινη σάλτσα και λαχανικά, φρούτο.
Μπιφτέκια με πατάτες και σαλάτα, φρούτο
Ψάρι ψητό με λαχανικά & πατάτες φούρνου, φρούτο
Μακαρόνια με κόκκινη σάλτσα και λαχανικά, φρούτο.
Μπιφτέκια με πατάτες και σαλάτα, φρούτο

ΔΕΥΤΕΡΑ:
ΤΡΙΤΗ:
ΤΕΤΑΡΤΗ:
ΠΕΜΠΤΗ:
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ:

ΓΕΥΜΑΤΑ 3ης ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

Μακαρόνια με κόκκινη σάλτσα και λαχανικά, φρούτο.
Μπιφτέκια με πατάτες και σαλάτα, φρούτο
Ψάρι ψητό με λαχανικά & πατάτες φούρνου, φρούτο
Μακαρόνια με κόκκινη σάλτσα και λαχανικά, φρούτο.
Μπιφτέκια με πατάτες και σαλάτα, φρούτο

ΔΕΥΤΕΡΑ:
ΤΡΙΤΗ:
ΤΕΤΑΡΤΗ:
ΠΕΜΠΤΗ:
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ:

ΓΕΥΜΑΤΑ 4ης ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

Μακαρόνια με κόκκινη σάλτσα και λαχανικά, φρούτο.
Μπιφτέκια με πατάτες και σαλάτα, φρούτο
Ψάρι ψητό με λαχανικά & πατάτες φούρνου, φρούτο
Μακαρόνια με κόκκινη σάλτσα και λαχανικά, φρούτο.
Μπιφτέκια με πατάτες και σαλάτα, φρούτο

DietMet

Πρότυπο Διαιτολογικό
Κέντρο Ελέγχου /
Ρύθμισης Μεταβολισμού

28ης Οκτωβρίου 23, Μαρούσι, 151 24
Τηλ: 210 80 60 793
Κιν:6942970400

info@dietmet.gr
www.dietmet.gr