



PLAT DU JOUR

ΠΙΑΤΟ ΗΜΕΡΑΣ

LUNDI	01 - 12 - 2025	ΔΕΥΤΕΡΑ
ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΡΕΣΚΟ ΑΜΕΡΙΚΕΝ ΣΤΗ ΣΧΑΡΑ, ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ BABY POULET À L'AMÉRICAIN GRILLÉ, POMMES DE TERRE GRENAILLE		
MARDI	02 - 12 - 2025	ΤΡΙΤΗ
ΤΑΡΤΑ ΜΕ ΠΡΑΣΟ ΚΑΙ ΤΥΡΙ TARTEAUX POIREAUX ET FROMAGE		
MERCREDI	03 - 12 - 2025	ΤΕΤΑΡΤΗ
ΦΡΕΣΚΟ ΧΟΙΡΙΝΟ ΜΕ ΓΛΥΚΟΞΙΝΗ ΣΑΛΤΣΑΚΑΙ ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΡΥΖΙ PORC FRAIS À LA SAUCE AIGRE-DOUCE AU RIZ FRIT		
JEUDI	 04 - 12 - 2025	ΠΕΜΠΤΗ
ΑΡΑΚΑΣ ΒΙΟΛΑΔΕΡΟ ΜΕ ΚΑΡΟΤΟ & ΠΑΤΑΤΑ PETIT POIS BIO À L'HUILE D'OLIVE CAROTTES, POMME DE TERRE		
VENDREDI	05 - 12 - 2025	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
ΠΑΣΤΙΤΣΑΔΑ ΚΕΡΚΥΡΑΪΚΗ (ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ) ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ PASTITSADA DE CORFOU (PÂTES, BŒUF FRAIS À LA SAUCE TOMATE) FROMAGE RÂPÉ		

	01 - 12 - 2025	02 - 12 - 2025	03 - 12 - 2025	04 - 12 - 2025	05 - 12 - 2025
Calories	467	309	400	128	384
Protéines (g)	18,8	10,5	15,1	3,2	22,3
Glucides (g)	50,7	18,1	18,6	10,8	21,6
Lipides (g)	22,2	21,4	13,6	8,4	21,6
Lipides saturés (g)	5,2	12,6	5,8	1,2	5,5
Fibres Alimentaires (g)	3,3	1	1,3	2,6	2,6

Valeur nutritive pour 100 gr - Διατροφική ανάλυση σε ποσότητα 100 γρ.

Menus sous réserve de modifications pour des raisons techniques

Κάθε μέρα προσφέρουμε επιπλέον φρεσκομαγειρεμένα Πιάτα Ημέρας
On servir des plats différent chaque jour pour plus de diversité

Τα πιάτα συνοδεύονται από ολόφρεσκες Σαλάτες και Τυριά
Les plats sont toujours accompagnés de Salade fraîcheet Fromages



PLAT DU JOUR

ΠΙΑΤΟ ΗΜΕΡΑΣ

LUNDI

08 - 12- 2025

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΦΡΕΣΚΑ ΧΟΙΡΙΝΑ ΣΚΑΛΟΠΙΝΙΑΜΕ ΠΑΡΜΕΖΑΝΑ, ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΠΟΡΤΣΙΝΙ
ΠΑΤΑΤΑ ΡΟΔΕΛΑ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ
**ESCALOPE DE PORC FRAIS À LA SAUCE DE PARMESAN CHAMPIGNONS PORCINI
ET POMMES DE TERRE**

MARDI

09 - 12- 2025

ΤΡΙΤΗ

ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΣΟΛΟΜΟ,
ΤΥΡΙ TRIMMENO
**PÂTES TAGLIATELLES AU SAUMON FUMÉ,
FROMAGE RÂPÉ**

MERCREDI

10 - 12- 2025

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΡΕΣΚΟ Α ΛΑ ΚΡΕΜ ΜΕ ΑΝΑΝΑ
ΚΑΙ ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΡΥΖΙ
**POULET FRAIS À LA CRÈME ET ANANAS
RIZ FRIT**

JEUDI

11 - 12- 2025

ΠΕΜΠΤΗ

SPRING ROLLS, ΑΝΟΙΞΙΑΤΙΚΑ ΡΟΛΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ, ΜΕ ΓΛΥΚΟΞΙΝΗ ΣΑΛΤΣΑ
ROULEAUX DE PRINTEMPS, SAUCE AIGRE-DOUCE

VENDREDI

12 - 12- 2025

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΦΡΕΣΚΟΣΤΗ ΓΑΣΤΡΑΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΜΗΛΟΥ
ΚΑΙ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ
**BŒUF FRAIS EN COCOTTE SAUCE À LA POMME,
PURÉE DE POMMES DE TERRE**

	08 - 12 - 2025	09 - 12 - 2025	10 - 12 - 2025	11 - 12 - 2025	12 - 12 - 2025
Calories	410	427	320	159	451
Protéines (g)	21,1	23,8	16,4	3,5	29,9
Glucides (g)	16,7	23,9	18,6	20,4	27,3
Lipides (g)	16,7	19,8	17,4	7,1	25,8
Lipides saturés (g)	11	3,7	7,2	0,9	8,6
Fibres Alimentaires (g)	12	1,5	1,0	1,8	3,5

Valeur nutritive pour 100 gr - Διατροφική ανάλυση σε ποσότητα 100 γρ.

Menus sous réserve de modifications pour des raisons techniques

Κάθε μέρα προσφέρουμε επιπλέον φρεσκομαγειρεμένα Πιάτα Ημέρας
On servir des plats différent chaque jour pour plus de diversité

Τα πιάτα συνοδεύονται από ολόφρεσκες Σαλάτες και Τυριά
Les plats sont toujours accompagnés de Salade fraîche et Fromages



PLAT DU JOUR

ΠΙΑΤΟ ΗΜΕΡΑΣ

LUNDI

15 - 12- 2025

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΦΡΕΣΚΑ ΧΟΙΡΙΝΑ ΠΑΪΔΑΚΙΑΜΕ ΣΑΛΤΣΑ BBQ
ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ BABY
CÔTES DE PORC FRAISÀ LA SAUCE BBQ,
POMMES DE TERRE GRENAILLE

MARDI

16 - 12- 2025

ΤΡΙΤΗ

ΛΑΧΑΝΟΤΟΛΜΑΔΕΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ, ΑΥΓΟΛΕΜΟΝΟ
LAHANODOLMADES, SAUCE ŒUF - CITRON
(FEUILLES DE CHOU FARCI AU BŒUF HACHÉ FRAIS ET RIZ)

MERCREDI

17 - 12- 2025

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΡΑΒΙΟΛΙ ΓΕΜΙΣΤΟΜΕ ΤΥΡΙ ΠΕΚΟΡΙΝΟ ΚΑΙ ΣΠΑΝΑΚΙ
PÂTES RAVIOLI FARCISAU FROMAGE PECORINOET AUX ÉPINARDS

JEUDI

18 - 12- 2025

ΠΕΜΠΤΗ

ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΦΡΕΣΚΟΥ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟΥ
ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ ΟΓΚΡΑΝΤΕΝ
STEAK HACHÉ DE POULET FRAIS,
GRATIN DE POMMES DE TERRE

VENDREDI

19 - 12- 2025

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΤΟΡΤΙΓΙΑ ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΣΩΣ ΑΒΟΚΑΝΤΟΥ
TORTILLA AUX LÉGUMES AVEC SAUCE À L'AVOCAT

	15 - 12 - 2025	16 - 12 - 2025	17 - 12 - 2025	18 - 12 - 2025	19 - 12 - 2025
Calories	330	162	254	425	301
Protéines (g)	18,9	8,1	9,3	23,5	10
Glucides (g)	16	8,4	41	27	39,5
Lipides (g)	24,1	10,9	5,9	24	12,2
Lipides saturés (g)	0,4	3,2	3,1	7,1	1,4
Fibres Alimentaires (g)	0,2	1,3	1,8	2,9	7,2

Valeur nutritive pour 100 gr - Διατροφική ανάλυση σε ποσότητα 100 γρ.

Menus sous réserve de modifications pour des raisons techniques

Κάθε μέρα προσφέρουμε επιπλέον φρεσκομαγειρεμένα Πιάτα Ημέρας
On servir des plats différent chaque jour pour plus de diversité

Τα πιάτα συνοδεύονται από ολόφρεσκες Σαλάτες και Τυριά
Les plats sont toujours accompagnés de Salade fraîche et Fromages