



PLAT DU JOUR

ΠΙΑΤΟ ΗΜΕΡΑΣ

LUNDI

02 - 12 - 2024

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΡΕΣΚΟ ΑΜΕΡΙΚΕΝ ΣΤΗ ΣΧΑΡΑ, ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ BABY  
POULET À L'AMÉRICAIN GRILLÉ, POMMES DE TERRE GRENAILLE

MARDI

03 - 12 - 2024

ΤΡΙΤΗ

ΤΑΡΤΑ ΜΕ ΠΡΑΣΟ ΚΑΙ ΤΥΡΙ  
TARTEAUX POIREAUX ET FROMAGE

MERCREDI

04 - 12 - 2024

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΦΡΕΣΚΟ ΧΟΙΡΙΝΟΜΕ ΓΛΥΚΟΞΙΝΗ ΣΑΛΤΣΑΚΑΙ ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΡΥΖΙ  
PORC FRAIS À LA SAUCE AIGRE-DOUCE AU RIZ FRIT

JEUDI



05 - 12 - 2024

ΠΕΜΠΤΗ

ΑΡΑΚΑΣ ΒΙΟΛΑΔΕΡΟ ΜΕ ΚΑΡΟΤΟ & ΠΑΤΑΤΑ  
PETIT POIS BIO À L'HUILE D'OLIVE CAROTTES, POMME DE TERRE

VENDEDI

06 - 12 - 2024

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΠΑΣΤΙΤΣΑΔΑ ΚΕΡΚΥΡΑΪΚΗ (ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ)  
ΤΥΡΙ ΤΡΙΜΜΕΝΟ  
PASTITSADA DE CORFOU (PÂTES, BŒUF FRAIS À LA SAUCE TOMATE)  
FROMAGE RÂPÉ

	02 - 12 - 2024	03 - 12 - 2024	04 - 12 - 2024	05 - 12 - 2024	06 - 12 - 2024
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

09 - 12- 2024

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

10 - 12- 2024

ΤΡΙΤΗ

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

MERCREDI

11 - 12- 2024

ΤΕΤΑΡΤΗ

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

JEUDI

12 - 12- 2024

ΠΕΜΠΤΗ

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

VENDREDI

13 - 12- 2024

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

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

	09 - 12 - 2024	10 - 12 - 2024	11 - 12 - 2024	12 - 12 - 2024	13 - 12 - 2024
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

16 - 12- 2024

ΔΕΥΤΕΡΑ

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

MARDI

17 - 12- 2024

ΤΡΙΤΗ

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

MERCREDI

18 - 12- 2024

ΤΕΤΑΡΤΗ

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

JEUDI

19 - 12- 2024

ΠΕΜΠΤΗ

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

VENDREDI

20 - 12- 2024

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

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

	16 - 12 - 2024	17 - 12 - 2024	18 - 12 - 2024	19 - 12 - 2024	20 - 12 - 2024
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