



PLAT DU JOUR

ΠΙΑΤΟ ΗΜΕΡΑΣ

LUNDI



02 - 02-2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΛΑΖΑΝΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ
LASAGNE AUX LÉGUMES

MARDI

03 - 02-2026

ΤΡΙΤΗ

ΣΚΑΛΟΠΙΝΙΑ ΦΡΕΣΚΟΥ ΧΟΙΡΙΝΟΥ Α ΛΑ ΚΡΕΜ, ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ ΩΓΚΡΑΤΕΝ
GRATIN DE POMMES DE TERRE

MERCREDI

04 - 02-2026

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΡΕΣΚΟΜΕ ΑΝΑΝΑ ΚΑΙ ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΡΥΖΙ
POULET FRAIS À L'ANANAS, RIZ FRIT

JEUDI

05 - 02-2026

ΠΕΜΠΤΗ

ΚΡΕΠΑ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ, ΑΝΘΟΤΥΡΟ ΚΑΙ ΦΕΤΑ
CRÊPES AUX ÉPINARDS, FROMAGES ANTHOTYRO ET FÈTA

VENDREDI

06 - 02-2026

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΜΠΙΦΤΕΚΑΚΙΑ, ΦΡΕΣΚΟΣ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟΣ ΚΙΜΑΣ ΝΤΟΜΑΤΑ, ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΕΠΟΧΗΣ
STEAK HACHÉ DE BŒUF FRAIS À LA GRECQUE, TOMATE, FROMAGE FÈTA ET LÉGUMES DE SAISON

	02 - 02 - 2026	03 - 02 - 2026	04 - 02 - 2026	05 - 02 - 2026	06 - 02 - 2026
Calories	299	410	320	210	388
Protéines (g)	15,4	21,1	16,4	8,5	19,1
Glucides (g)	30,8	16,7	18,6	3,2	27,1
Lipides (g)	12,8	16,7	17,4	8,2	23,4
Lipides saturés (g)	7,2	11	7,2	3,2	6,9
Fibres Alimentaires (g)	1,6	12	2,6	1,8	2,7

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 - 02-2026

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΛΕΜΟΝΑΤΟΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑΚΑΙ ΠΟΥΡΕ ΚΑΡΟΤΟΥ
BŒUF SAUCE AU CITRON, LÉGUMES ET PURÉE DE CAROTTE

MARDI

10 - 02-2026

ΤΡΙΤΗ

ΦΑΣΟΛΙΑ ΠΙΓΑΝΤΕΣ ΠΡΕΣΠΩΝ
YIGANTES DE PRESSES, (HARICOTS BLANC GÉANTS SAUCE TOMATE, AU FOUR)

MERCREDI

11 - 02-2026

ΤΕΤΑΡΤΗ

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

JEUDI

12 - 02-2026

ΠΕΜΠΤΗ

ΤΣΙΚΝΟΠΕΜΠΤΗ - ΤΣΙΚΝΟΡΕΜΠΤΙ

ΚΕΜΠΑΠΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΙΤΕΣΣΑΛΤΣΑ ΑΝΑΤΟΛΗΣ (ΓΙΑΟΥΡΤΙ), ΠΙΤΑ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ,
(ΧΩΡΙΣ ΧΟΙΡΙΝΟ)
KEBAB, FRITES, SAUCE ORIENTALE (YAOURT) PITA FARINE COMPLET
(SANS PORC)

VENDREDI

13 - 02-2026

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΧΕΙΜΕΡΙΝΕΣ ΔΙΑΚΟΠΕΣ

VACANCES D'HIVER

BONNES VACANCES À TOUS !BONNES VACANCES À TOUS !À BIENTÔT....

	09 - 02 - 2026	10 - 02 - 2026	11 - 02 - 2026	12 - 02 - 2026	13 - 02 - 2026
Calories	240	160	400	610	
Protéines (g)	11,8	6,6	15,1	25,4	
Glucides (g)	12,2	16	18,6	28,1	
Lipides (g)	16,5	8,2	13,6	15,4	
Lipides saturés (g)	4,6	1,2	5,8	20,2	
Fibres Alimentaires (g)	4,5	7,3	13	4	

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



23 - 02-2026

ΚΑΘΑΡΑ ΔΕΥΤΕΡΑ
KATHARA DEFTÉRA (LUNDI PUR)



MARDI

24 - 02-2026

ΤΡΙΤΗ

ΦΡΕΣΚΟ ΦΙΛΕΤΟ ΧΟΙΡΙΝΟ ΜΠΡΕΖΕ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ
PORC FRAIS BRAISÉ AU FOUR, AVEC POMMES DE TERRE

MERCREDI

25 - 02-2026

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΑΣΤΙΤΣΙΟΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΙΜΑ
PASTICCIO GREC (GRATIN DE RÂTES, VIANDE DE BŒUF HACHÉ, BÉCHAMEL)

JEUDI

26 - 02-2026

ΠΕΜΠΤΗ



ΣΠΑΝΑΚΟΡΥΖΟ **BIO**
SPANAKORYZO **BIO**, (RIZ AUX ÉPINARDS)

VENDREDI

27 - 02-2026

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΠΟΥΤΙ ΣΤΗ ΣΧΑΡΑ ΧΩΡΙΣ ΚΟΚΑΛΟΜΕ ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ
CUISSÉ DE POULET FRAIS ET LÉGUMES GRILLÉS

	23 - 02 - 2026	24 - 02 - 2026	25 - 02 - 2026	26 - 02 - 2026	27 - 02 - 2026
Calories		410	200	129	286
Protéines (g)		21,1	9,2	2,6	16,1
Glucides (g)		16,7	14,3	7,7	5
Lipides (g)		16,7	12,2	10,1	23
Lipides saturés (g)		11	4,5	1,4	5,5
Fibres Alimentaires (g)		12	1	2,9	1

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