

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΠΡΩΙΝΟ	2 φρούτα και 1 γιαούρτι	1 φρούτο & 2 τρίγωνα <i>LaVache qui rit Light</i> & 1 κρακεράκι	1 ποτ. γάλα & 1 μπανάνα	1 πορτοκάλι & 1 αυγό	12 ξηροί καρποί	1 τοστ - 2 φέτες γαλοπούλα 1 τρίγωνο <i>LaVache qui rit Light</i>	FREE DAY
ΔΕΚΑΤΙ ΑΝΟ	-	1 φρούτο	2 φρούτα	1 φρούτο	2 φρούτα	1 φρούτο	
ΜΕΣΗΜ ΕΡΙΑΝΟ	250g κοτόπουλο & σαλάτα	2 τόνους & σαλάτα	Σαλάτα & 2 αυγά	250g κοτόπουλο & σαλάτα	10 κουταλιές ρύζι & σαλάτα	2 τόνους & σαλάτα	
ΑΠΟΕΥ ΜΑΤΙΝΟ	1 φρούτο	2 πορτοκάλια	2 τρίγωνα	1 φρούτο	1 γιαούρτι & 1 φρούτο	2 πορτοκάλια	
ΒΡΑΔΙΝ Ο	2 τρίγωνα <i>LaVache qui rit Light</i> & 4 καρότα	1 τόνο & σαλάτα	Σαλάτα & 1 τόνο	1 γιαούρτι & 1 φρούτο	8 κουταλιές αρακά & 1 τρίγωνο <i>LaVache qui rit Light</i>	Free βραδινό	