

ΔΙΑΙΤΑ ΚΕΛΛΥ ΚΕΛΕΚΙΔΟΥ

ΗΜΕΡΕΣ / ΓΕΥΜΑΤΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΠΡΩΙΝΟ	1 Τοστ Καφές ή Πράσινο Τσάι	Κορν Φλέικς Με Φρούτα Ή Γάλα Καφές ή Πράσινο Τσάι	Γιαούρτι Με Μέλι Καφές ή Πράσινο Τσάι	1 Τοστ Καφές ή Πράσινο Τσάι	Κορν Φλέικς Με Φρούτα Ή Γάλα Καφές ή Πράσινο Τσάι	Γιαούρτι Με Μέλι Καφές ή Πράσινο Τσάι	1 Τοστ με τυρί & γαλοπούλα με ελαιόλαδο Χυμός φρούτων 1 ποτήρι Καφές ή Πράσινο τσάι
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	1 μερίδα μπριάμ 1 μερίδα τυρί Ένα Κρητικό Παξιμάδι	1 μερίδα Φασολάκια 1 μερίδα τυρί Ένα Κρητικό Παξιμάδι	Φακές 1 μερίδα 1 μερίδα τυρί Ένα Κρητικό Παξιμάδι	1 μερίδα μπάμιες λαδερές 1 μερίδα τυρί Ένα Κρητικό Παξιμάδι	Αρακά λαδερός 1 μερίδα 1 μερίδα τυρί Ένα Κρητικό Παξιμάδι	1 μερίδα Γεμιστά με μαύρο ρύζι, 1 μερίδα τυρί Ένα Κρητικό Παξιμάδι	1 μερίδα ψάρι ψητό Σαλάτα εποχής με λίγο λάδι Τυρί φέτα 1 μερίδα
ΒΡΑΔΙΝΟ	1 Γιαούρτι 2% με 2 Φρούτα εποχής	1 Ντάκο (Κρητικό παξιμάδι) & Σαλάτα εποχής & 4 Ελιές & Τυρί	Μπάρα Δημητριακών	2 μέτριες πατάτες βραστές 1 μερίδα χόρτα 1 μερίδα τυρί φέτα	Φρουτοσαλάτα με ανάμικτα φρούτα εποχής (καρπούζι, πεπόνι, ροδάκινο κλπ)	1 μερίδα μανιτάρια ψητά Σαλάτα ρόκα – μαρούλι – αγγούρι - καρότο	Τονοσαλάτα με ελαιόλαδο