



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ  
ΥΠΟΘΕΣΕΩΝ



Καρδίτσα 22/10/2021

Αρ. Πρωτ. Γ.Π.οικ 2963.

Ταχ. Δ/ση: Φαναρίου τέρμα,  
43100,Καρδίτσα

Τμήμα: Προμηθειών

Τηλέφωνο: 24413-50305-12

FAX: 24410-25489

ΠΡΟΣ:

1. ΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ
2. ΚΑΨΙΟΧΑΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ

Website: [www.kkpthessaly.gr/](http://www.kkpthessaly.gr/)

### ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ

Αρ. 21 /2021

**ΘΕΜΑ:** «Πρόσκληση εκδήλωσης ενδιαφέροντος, που αφορά, την προμήθεια έτοιμων γευμάτων, τα οποία θα καλύψουν ανάγκες των Παραρτημάτων του Κ.Κ.Π.Π. Θεσσαλίας έως την 31/12/2021 συνολικού προϋπολογισμού 33.900,00 με Φ.Π.Α.»

Το Κ.Κ.Π.Π. Θεσσαλίας έχοντας υπόψη:

- Τις διατάξεις του Ν.4412/2016.
- Την υπ' αριθ. 320/24<sup>ης</sup> /12-10-2021 απόφαση έγκρισης σκοπιμότητας για την προμήθεια έτοιμων γευμάτων στα Παραρτήματα του Κ.Κ.Π.Π.ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ (ΑΔΑ :9Χ5ΡΟΞΝ2-ΖΓΟ).
- Την αριθ. Πρωτ. Λ611/Α.Α.Υ. 551/15-10-2021 απόφαση ανάληψης υποχρέωσης ποσού 33.900,00 ευρώ (ΚΑΕ 1511) (ΑΔΑ:6ΚΡΝΟΞΝ2-Σ9Χ) .
- Το πρωτογενές αίτημα σκοπιμότητας με (ΑΔΑΜ:21REQ009399831) και εγκεκριμένο με (ΑΔΑΜ:21REG009399833).

Σας καλεί να υποβάλετε εγγράφως, οικονομική προσφορά σε σφραγισμένο φάκελο για την προμήθεια έτοιμων γευμάτων, τα οποία θα καλύψουν ανάγκες των Παραρτημάτων του Κ.Κ.Π.Π. Θεσσαλίας έως την 31/12/2021 συνολικού προϋπολογισμού 33.900,00 με Φ.Π.Α 13%.

Οι προσφορές θα κατατίθενται στη γραμματεία του Παραρτήματος Αποθεραπείας και Αποκατάστασης Παιδιών με Αναπηρίες Καρδίτσας (Φαναρίου Τέρμα) **από 22-10-2021 μέχρι 26-09-2021 και ώρα 14.00 μ.μ. και θα ανοιχθούν στις 27-10-2021 και ώρα 09:00 π.μ.** από την αρμόδια επιτροπή που έχει ορίσει το Κέντρο.

Προσφορές που κατατίθενται μετά την παραπάνω ημερομηνία και ώρα, δεν θα γίνονται δεκτές.

### ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ

**Το Αντικείμενο της παρούσας πρόσκλησης είναι η προμήθεια έτοιμων γευμάτων, τα οποία θα καλύψουν ανάγκες των Παραρτημάτων του Κ.Κ.Π.Π. Θεσσαλίας έως την 31/12/2021.**

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Δικαίωμα συμμετοχής στο διαγωνισμό έχουν οι οικονομικοί φορείς που έχει προσκαλέσει η αναθέτουσα αρχή να υποβάλλουν την προσφορά τους και εφόσον δραστηριοποιούνται στο αντικείμενο της παρεχόμενης υπηρεσίας και διαθέτουν τα κατάλληλα δικαιολογητικά σύμφωνα με τους ισχύοντες νόμους και διατάξεις.

## ΤΕΧΝΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

**ΤΟ ΜΕΝΟΥ ΤΩΝ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΩΝ ΤΟΥ Κ.Κ.Π.Π. ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ ΕΧΕΙ ΩΣ ΕΞΗΣ:**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΑΓΗΤΟΥ ΔΟΜΗΣ ΑΜΠΕΛΩΝΑ**

A/A	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
1H	ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ  ΤΡΑΧΑΝΑ	ΜΠΟΥΤΙΑ ΠΑΤΑΤΕΣ  ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ	ΜΠΙΡΙΑΜ Η ΣΠΑΝΑΚΟΥΡΥΖΟ  ΚΟΦΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΙ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΡΥΖΙ ΛΑΧΑΝΟ Η ΠΙΠΕΡΙΕΣ  ΟΜΕΛΕΤΑ ΤΡΑΧΑΝΑ	ΡΕΒΥΘΙΑ   ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΙΔΕ	ΛΟΥΚΑΝΙΚΑ ΦΡΑΝΚ. ΠΑΤΑΤΕΣ  ΑΡΑΚΑ	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΚΙΜΑ  ΑΣΤΡΑΚΙ
2H	ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΡΥΖΙ  ΠΑΤΑΤΕΣ	ΜΠΟΥΤΙΑ ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ  ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ	ΦΑΣΟΛΙΑ   ΚΟΦΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΙ	ΨΑΡΙ ΠΑΤΑΤΕΣ   ΤΡΑΧΑΝΑ	ΦΑΚΕΣ   ΤΟΝΟΣ ΡΥΖΙ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΠΟΥΡΕ  ΑΡΑΚΑ	ΜΠΡΙΖΟΛΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ ΛΑΧΑΝΟ ΠΡΑΣΣΑ ΠΙΠΕΡΙΕΣ  ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ
3H	ΜΠΟΥΤΙΑ ΡΥΖΙ  ΠΑΤΑΤΕΣ	ΓΙΟΥΒΑΡΑΚΙΑ Η ΓΕΜΙΣΤΑ  ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ	ΣΟΥΠΙΕΣ ΚΟΦΤΟ Η ΜΠΙΡΙΑΜ  ΤΡΑΧΑΝΑ	ΟΓΚΡΑΝΤΕΝ   ΠΑΤΑΤΕΣ	ΡΕΒΥΘΙΑ   ΟΜΕΛΕΤΑ ΤΡΑΧΑΝΑ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΤΡΑΧΑΝΑ  ΑΡΑΚΑ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΡΥΖΙ ΛΑΧΑΝΟ ΠΡΑΣΣΑ ΠΙΠΕΡΙΕΣ  ΑΣΤΡΑΚΙ
4H	ΜΠΟΥΤΙΑ ΜΠΑΜΙΕΣ  ΠΑΤΑΤΕΣ	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΚΙΜΑ  ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ	ΦΑΣΟΛΙΑ   ΚΟΦΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΙ	ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ   ΤΡΑΧΑΝΑ	ΦΑΚΕΣ  ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΙΔΕ	ΜΠΡΙΖΟΛΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ  ΑΡΑΚΑ	ΛΟΥΚΑΝΙΚΑ ΧΩΡ. ΠΟΥΡΕ  ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ
5H	ΨΑΡΙ ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΡΥΖΙ  ΠΑΤΑΤΕΣ	ΣΤΗΘΟΣ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟΥ ΠΟΥΡΕ  ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ	ΦΑΣΟΛΙΑ   ΟΜΕΛΕΤΑ ΤΡΑΧΑΝΑ	ΛΑΧΑΝΟΥΡΥΖΟ Η ΠΡΑΣΣΟΥΡΥΖΟ ΜΠΙΡΙΑΜ  ΒΙΔΕΣ ΖΥΜΑΡΙΚΑ	ΡΕΒΥΘΙΑ   ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΙΔΕ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΣΟΥΠΑ  ΑΡΑΚΑ	ΜΠΡΙΖΟΛΕΣ ΠΟΥΡΕ  ΑΣΤΡΑΚΙ
6H	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΚΙΜΑ  ΟΜΕΛΕΤΑ ΤΡΑΧΑΝΑ	ΜΠΟΥΤΙΑ ΠΑΤΑΤΕΣ  ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ	ΓΙΓΑΝΤΕΣ   ΦΙΟΓΚΟΙ ΖΥΜΑΡΙΚΑ	ΟΓΚΡΑΝΤΕΝ   ΤΡΑΧΑΝΑ	ΦΑΚΕΣ  ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΙΔΕ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΟΥΠΑ  ΑΡΑΚΑ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΡΥΖΙ ΛΑΧΑΝΟ ΠΡΑΣΣΑ ΠΙΠΕΡΙΕΣ  ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ

ΟΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΟ ΒΡΑΔΥ ΘΑ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΧΟΡΤΟΣΟΥΠΑ  
Η ΟΜΕΛΕΤΑ ΔΕΝ ΑΛΕΘΕΤΑΙ. ΟΜΟΙΩΣ ΚΑΙ ΤΟ ΨΑΡΙ  
ΚΑΘΕ ΓΕΥΜΑ ΣΥΝΟΔΕΥΕΤΑΙ ΜΕ ΣΑΛΑΤΑ Η ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ, ΨΩΜΙ ( ΟΠΟΥ ΑΠΙΤΕΙΤΑΙ) ΚΑΙ  
ΦΡΟΥΤΟ

Η πρώτη σειρά είναι πρωινό η δεύτερη βραδινό!

**ΓΕΝΙΚΗ  
ΠΡΩΤΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ**

**ΤΡΙΚΑΛΑ**

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΠΡΩΙΝΟ						

ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΨΩΜΙ-ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ	ΓΑΛΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ	ΓΑΛΑ -ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ	ΓΑΛΑ-ΤΣΟΥΡΕΚΙ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ	ΓΑΛΑ-ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ
<b>ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ</b>						
ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ -ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΦΡΟΥΤΟ-ΨΩΜΙ	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΚΙΜΑ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΨΩΜΙ	ΨΑΡΙ ΠΛΑΚΙ Ή ΨΑΡΟΣΟΥΠΑ - ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ - ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ	ΣΠΕΤΖΟΦΑΙ-ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΟΣΠΡΙΑ-ΤΥΡΙ- ΨΩΜΙ ΦΡΟΥΤΟ	ΚΡΙΘΑΡΟΤΟ ΜΕ ΓΑΡΙΔΟΥΛΕΣ - ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΡΑΓΟΥ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ
<b>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ</b>						
ΧΥΜΟ - ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ ΚΑΙ ΚΡΟΥΑΣΑΝ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ	ΧΥΜΟ - ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ
<b>ΒΡΑΔΥΝΟ</b>						
ΟΜΕΛΕΤΑ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ	ΑΡΑΚΑΣ ΜΕ ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ - ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ	ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠΑ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ-ΨΩΜΙ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΟΜΠΟΣΤΑ-ΨΩΜΙ	ΚΙΜΑΔΟΥΡΥΖΟ +ΨΩΜΙ +ΖΕΛΕ ΦΡΟΥΤΩΝ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΡΥΖΙ-ΨΩΜΙ-ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ	ΑΥΓΟ-ΨΩΜΙ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ

**\*ΤΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΔΙΝΟΝΤΑΙ ΟΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ ΑΝΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ**

**ΣΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΜΕΝΟΥ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΤΗΣ ΠΕΜΠΤΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΣΕ ΜΟΥΣΑΚΑ ΚΑΙ ΜΠΡΙΑΜ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ.**

**ΓΕΝΙΚΗ  
ΔΕΥΤΕΡΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ**

**ΤΡΙΚΑΛΑ**

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
<b>ΠΡΩΙΝΟ</b>						
ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ - ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΡΕΜΑ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΨΩΜΙ-ΚΡΕΜΑ-ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΡΕΜΑ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΤΣΟΥΡΕΚΙ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ	ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ-ΚΑΦΕ
<b>ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ</b>						
ΜΠΦΤΕΚΙΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ-ΦΕΤΑ	ΑΡΑΚΑΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ -ΨΩΜΙ - ΦΡΟΥΤΟ	ΨΑΡΙ ΜΕ ΠΛΑΚΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ - ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ	ΟΜΕΛΕΤΑ ΦΟΥΡΝΟΥ - ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ -ΦΡΟΥΤΟ-ΨΩΜΙ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΦΡΟΥΤΟ-ΨΩΜΙ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ - ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ-ΨΩΜΙ
<b>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ</b>						
ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ - ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ - ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΚΡΟΥΑΣΑΝ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΜΕ ΧΥΜΟ
<b>ΒΡΑΔΥΝΟ</b>						
ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ - ΚΟΜΠΟΣΤΑ-ΨΩΜΙ	ΚΙΜΑΔΟΥΡΥΖΟ-ΨΩΜΙ – ΖΕΛΕ ΦΡΟΥΤΩΝ	ΜΟΣΧΑΡΟΣΟΥΠΑ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ	ΠΑΤΑΤΕΣ ΓΙΑΧΝΙ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ-ΨΩΜΙ	ΜΑΚΟΡΟΝΑΚΙ ΚΟΦΤΟ-ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΨΩΜΙ	ΟΣΠΡΙΑ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ ΚΑΙ ΚΟΜΠΟΣΤΑ	ΑΥΓΟ-ΨΩΜΙ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ

**\*ΤΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΔΙΝΟΝΤΑΙ ΟΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ ΑΝΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ**

**ΣΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΜΕΝΟΥ ΑΛΛΑΖΕΙ Η ΤΡΙΤΗ ΣΕ ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΙΜΑΜ**

**ΓΕΝΙΚΗ  
ΤΡΙΤΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ**

**ΤΡΙΚΑΛΑ**

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
<b>ΠΡΩΙΝΟ</b>						
ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ -ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ -ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΨΩΜΙ-ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ	ΓΑΛΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΡΕΜΑ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΤΣΟΥΡΕΚΙ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ	ΓΑΛΑ-ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ
<b>ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ</b>						
ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΗ ΣΑΛΑΤΣΑ ΜΕ ΨΩΜΙ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ -ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΣΟΥΤΖΟΥΚΑΚΙΑ ΜΕ ΡΥΖΙ -ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΦΡΟΥΤΟ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ	ΟΣΠΡΙΑ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ --ΦΡΟΥΤΟ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΛΕΜΟΝΑΤΟ ΜΕ ΠΙΛΑΦΙ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΨΩΜΙ -ΦΡΟΥΤΟ	ΑΡΑΚΑΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ -ΦΡΟΥΤΟ	ΨΑΡΟΣΟΥΠΑ – ΨΩΜΙ- ΦΡΟΥΤΟ - ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΜΠΑΜΙΕΣ-ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ
<b>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ</b>						
ΚΡΟΥΑΣΑΝ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΜΕ ΧΥΜΟ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ
<b>ΒΡΑΔΥΝΟ</b>						
ΟΜΕΛΕΤΑ -ΨΩΜΙ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΡΥΖΙ-ΨΩΜΙ-ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ	ΜΠΡΙΑΜ- ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ- ΨΩΜΙ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ+ΚΟΜΠΟΣΤΑ	ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ-ΨΩΜΙ-ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ-ΨΩΜΙ	ΤΡΑΧΑΝΑΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΑΥΓΟ-ΨΩΜΙ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ

**\*ΤΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΔΙΝΟΝΤΑΙ ΟΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ ΑΝΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΜΕΝΟΥ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΤΗΣ ΤΕΤΑΡΤΗΣ ΣΕ ΓΕΜΙΣΤΑ**

**ΓΕΝΙΚΗ  
ΤΕΤΑΡΤΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ**

**ΤΡΙΚΑΛΑ**

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
<b>ΠΡΩΙΝΟ</b>						
ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΡΕΜΑ- ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ	ΓΑΛΑ-ΨΩΜΙ-ΚΡΕΜΑ-ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΤΣΟΥΡΕΚΙ-ΚΑΦΕ-ΚΡΕΜΑ	ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ-ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ-ΚΑΦΕ
<b>ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ</b>						
ΣΠΑΝΑΚΑΚΟΡΥΖΟ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ	ΓΙΟΥΒΑΡΛΑΚΙΑ - ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΦΡΟΥΤΟ-ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ	ΜΠΡΙΑΜ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ	ΤΑΣ ΚΕΜΠΑΠ ΜΕ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ -ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΟΣΠΡΙΑ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ	ΑΡΑΚΑΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΟΥΤΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΙΠΕΡΙΕΣ - ΓΙΑΟΥΡΤΙ-ΦΡΟΥΤΟ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΨΩΜΙ
<b>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ</b>						
ΧΥΜΟ - ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΚΡΟΥΑΣΑΝ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΜΕ ΧΥΜΟ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ - ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ	ΧΥΜΟ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙ
<b>ΒΡΑΔΥΝΟ</b>						
ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ-ΨΩΜΙ	ΠΑΤΑΤΕΣ ΓΙΑΧΝΙ-ΨΩΜΙ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΤΡΑΧΑΝΑΣ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ – ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ - ΨΩΜΙ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΜΕ ΡΥΖΙ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ	ΚΙΜΑΔΟΡΥΖΟ-ΨΩΜΙ – ΖΕΛΕ ΦΡΟΥΤΩΝ	ΑΥΓΟ-ΨΩΜΙ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΚΟΜΠΟΣΤΑ

**\*ΤΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΔΙΝΟΝΤΑΙ ΟΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ ΑΝΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ****ΣΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΜΕΝΟΥ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΤΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΣΕ ΓΕΜΙΣΤΑ****ΔΙΑΒΗΤΙΚΗ  
ΠΡΩΤΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ****ΤΡΙΚΑΛΑ**

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
<b>ΠΡΩΙΝΟ</b>						
ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΓΑΛΛΑ	ΤΟΣΤ -ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΓΑΛΛΑ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΓΑΛΛΑ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΓΑΛΛΑ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΓΑΛΛΑ	ΤΟΣΤ -ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ ΓΑΛΛΑ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ	ΤΟΣΤ -ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ - ΓΑΛΛΑ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ
<b>ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ</b>						
ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ -ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ -ΦΡΟΥΤΟ	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΚΙΜΑ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΨΑΡΙ ΠΛΑΚΙ Ή ΨΑΡΟΣΟΥΠΑ - ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ- ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ - ΦΡΟΥΤΟ	ΣΠΕΤΖΟΦΑΙ- ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ - ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ- ΦΡΟΥΤΟ	ΟΣΠΡΙΑ-ΤΥΡΙ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ -ΦΡΟΥΤΟ	ΚΡΙΘΑΡΟΤΟ ΜΕ ΓΑΡΙΔΟΥΛΕΣ- ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΡΑΓΟΥ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ- ΦΡΟΥΤΟ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ
<b>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ</b>						
ΤΣΑΙ -ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ - ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ
<b>ΒΡΑΔΥΝΟ</b>						
ΟΜΕΛΕΤΑ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΑΡΑΚΑΣ - ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ - ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ - ΦΡΟΥΤΟ	ΚΡΕΑΤΟΣΟΥΠΑ- ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ - ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ- ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΖΕΛΕ ΦΡΟΥΤΩΝ – ΚΙΜΑΔΟΥΡΥΖΟ- ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΡΥΖΙ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ - ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ	2 ΑΥΤΑ ΒΡΑΣΤΑ- ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ -ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ

**\*ΤΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΔΙΝΟΝΤΑΙ ΟΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ ΑΝΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΜΕΝΟΥ ΑΛΛΑΖΟΥΝ Η ΠΕΜΠΤΗ ΚΑΙ Η ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΣΕ ΜΟΥΣΑΚΑ ΚΑΙ ΜΠΡΙΑΜ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ.****ΔΙΑΒΗΤΙΚΗ  
ΔΕΥΤΕΡΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ****ΤΡΙΚΑΛΑ**

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
<b>ΠΡΩΙΝΟ</b>						
ΤΟΣΤ -ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ -ΓΑΛΛΑ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ- ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΓΑΛΛΑ	ΓΑΛΛΑ-ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ- ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ- ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΓΑΛΛΑ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ- ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΓΑΛΛΑ	ΤΟΣΤ -ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ - ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ-ΓΑΛΛΑ	ΤΟΣΤ -ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ - ΓΑΛΛΑ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ
<b>ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ</b>						
ΜΠΦΤΕΚΙΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ	ΑΡΑΚΑΣ -ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΨΑΡΙ ΠΛΑΚΙ - ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ - ΦΡΟΥΤΟ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΟΜΕΛΕΤΑ ΦΟΥΡΝΟΥ - ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ -ΦΡΟΥΤΟ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΠΙΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ- ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ- ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ - ΦΡΟΥΤΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ- ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ
<b>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ</b>						

ΤΣΑΙ -ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ- ΦΡΟΥΤΟ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ -ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΦΡΟΥΤΟ
<b>ΒΡΑΔΥΝΟ</b>						
ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ - ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΖΕΛΕ ΦΡΟΥΤΩΝ - ΚΙΜΑΔΟΡΥΖΟ - ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΜΟΣΧΑΡΟΣΟΥΠΑ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΠΑΤΑΤΕΣ ΓΙΑΧΝΙ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ- ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΜΑΚΟΡΟΝΑΚΙ ΚΟΦΤΟ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΟΣΠΡΙΑ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΚΑΙ ΚΟΜΠΙΟΣΤΑ	2 ΑΥΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ

**\*ΤΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΔΙΝΟΝΤΑΙ ΟΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ ΑΝΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ**

**ΣΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΜΕΝΟΥ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ ΣΕ ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΙΜΑΜ**

**ΔΙΑΒΗΤΙΚΗ  
ΤΡΙΤΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ**

**ΤΡΙΚΑΛΑ**

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
<b>ΠΡΩΙΝΟ</b>						
ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ-ΓΑΛΑ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ -ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ	ΤΟΣΤ -ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ - ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕ - ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ	ΚΡΕΜΑΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ-ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΤΟΣΤ-ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΤΟΣΤ-ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ
<b>ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ</b>						
ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΗ ΣΑΛΑΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ - ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ - ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΣΟΥΤΖΟΥΚΑΚΙΑ ΜΕ ΡΥΖΙ -ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΦΡΟΥΤΟ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ - ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΟΣΠΡΙΑ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΛΕΜΟΝΑΤΟ ΜΕ ΠΙΛΑΦΙ -ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΑΡΑΚΑΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΛΙΚΗΣ	ΨΑΡΟΣΟΥΠΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ -ΦΡΟΥΤΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΜΠΑΜΙΕΣ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ- ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
<b>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ</b>						
ΤΣΑΙ -ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ- ΦΡΟΥΤΟ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΦΡΟΥΤΟ	ΤΣΑΙ -ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ-ΦΡΟΥΤΟ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ
<b>ΒΡΑΔΥΝΟ</b>						
ΟΜΕΛΕΤΑ -ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΡΥΖΙ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ	ΜΠΡΙΑΜ- ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ- ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ -ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ	ΤΡΑΧΑΝΑΣ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ -ΦΡΟΥΤΟ	ΑΥΤΟ-ΨΩΜΙ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ- ΦΡΟΥΤΟ

**\*ΤΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΔΙΝΟΝΤΑΙ ΟΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ ΑΝΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΜΕΝΟΥ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΤΗΣ ΤΕΤΑΡΤΗΣ ΣΕ ΓΕΜΙΣΤΑ**

**ΔΙΑΒΗΤΙΚΗ  
ΤΕΤΑΡΤΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ**

**ΤΡΙΚΑΛΑ**

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
<b>ΠΡΩΙΝΟ</b>						
ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕ-ΤΟΣΤ-ΤΣΑΙ	ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΓΑΛΑ-ΚΑΦΕ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ	ΓΑΛΑ-ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΤΟΣΤ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ	ΓΑΛΑ-ΤΟΣΤ-ΚΡΕΜΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ-ΤΣΑΙ-ΚΑΦΕ
<b>ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ</b>						

ΣΠΑΝΑΚΑΚΟΡΥΖΟ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΓΙΟΥΒΑΡΛΑΚΙΑ - ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΦΡΟΥΤΟ-ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙ	ΜΠΡΙΑΜ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ- ΦΡΟΥΤΟ	ΤΑΣ ΚΕΜΠΑΠ ΜΕ ΠΟΥΡΕ ΠΑΤΑΤΑΣ - ΦΡΟΥΤΟ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΟΣΠΡΙΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ	ΑΡΑΚΑΣ- ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙ-ΦΡΟΥΤΟ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ
<b>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ</b>						
ΤΣΑΙ -ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ -ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ	ΤΣΑΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΚΑΦΕ
<b>ΒΡΑΔΥΝΟ</b>						
ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ -ΦΡΟΥΤΟ	ΠΑΤΑΤΕΣ ΓΙΑΧΝΙ-ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΤΡΑΧΑΝΑΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ – ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΜΕ ΡΥΖΙ– ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ - ΦΡΟΥΤΟ -ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	ΖΕΛΕ ΦΡΟΥΤΩΝ - ΚΙΜΑΔΟΡΥΖΟ - ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ	2 ΑΥΓΑ-ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ -ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ

**\*ΤΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΔΙΝΟΝΤΑΙ ΟΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ ΑΝΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ**

**ΣΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΜΕΝΟΥ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΤΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΣΕ ΓΕΜΙΣΤΑ.**

ΧΕΙΜΕΡΙΝΟ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΜΕΝΩΝ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ

#### ΔΕΥΤΕΡΑ

ΠΡΩΙΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΑΛΑ(ΚΑΚΑΟ +ΖΑΧΑΡΗ)-ΨΩΜΙ (ΒΙΤΑΜ+ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ) ή ΜΕΡΕΝΤΑ
ΠΡΩΙΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΓΑΛΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ
ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ	ΚΕΙΚ+ ΧΥΜΟΣ+ ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ή ΤΥΡΟΠΙΤΑ
ΓΕΥΜΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΟΣΠΡΙΑ+ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΓΕΥΜΑ ΕΙΔΙΚΟ	ΟΣΠΡΙΑ+ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ	ΚΡΕΜΑ ΚΑΙ 1 ΠΟΤΗΡΙ ΧΥΜΟ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ Ή ΜΟΣΧΑΡΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΚΑΡΟΤΑ-ΠΑΤΑΤΕΣ-ΣΕΛΙΝΟ +ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΜΟΣΧΑΡΙ ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ Ή ΜΟΣΧΑΡΟΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΚΑΡΟΤΑ-ΠΑΤΑΤΕΣ-ΣΕΛΙΝΟ +ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ

#### ΤΡΙΤΗ

ΠΡΩΙΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΑΛΑ(ΚΑΚΑΟ +ΖΑΧΑΡΗ)-ΨΩΜΙ (ΒΙΤΑΜ+ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ) ή ΜΕΡΕΝΤΑ
ΠΡΩΙΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΓΑΛΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ
ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ	ΛΟΥΚΑΝΙΚΟΠΙΤΑ + ΧΥΜΟΣ+ ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ
ΓΕΥΜΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΨΗΤΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ Ή ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ + ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ+ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ

ΓΕΥΜΑ ΕΙΔΙΚΟ	ΚΟΤΟΣΟΥΠΑ Ή ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΣΟΥΠΑ +ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ +ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ
ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ	ΚΡΕΜΑ Ή ΚΟΜΠΟΣΤΑ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΠΟΥΡΕΣ ΜΕ ΚΑΡΟΤΟ-ΠΑΤΑΤΑ- ΚΟΛΟΚΥΘΙ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΠΟΥΡΕΣ ΜΕ ΚΑΡΟΤΟ-ΠΑΤΑΤΑ- ΚΟΛΟΚΥΘΙ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ

## ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΡΩΙΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΑΛΛΑ(ΚΑΚΑΟ +ΖΑΧΑΡΗ)-ΨΩΜΙ (ΒΙΤΑΜ+ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ) ή ΜΕΡΕΝΤΑ
ΠΡΩΙΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΓΑΛΛΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ
ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ	ΤΟΣΤ ΜΕ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ Ή ΜΕΡΕΝΤΑ+ΧΥΜΟΣ+ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ ή ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ
ΓΕΥΜΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΨΑΡΙ ΠΛΑΚΙ+ΠΑΤΑΤΕΣ + ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ Ή ΨΑΡΟΣΟΥΠΑ ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ
ΓΕΥΜΑ ΕΙΔΙΚΟ	ΨΑΡΟΣΟΥΠΑ
ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ	ΤΡΑΧΑΝΑΣ +ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ+ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΟΜΕΛΕΤΑ +ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ+ΣΑΛΑΤΑ

## ΠΕΜΠΤΗ

ΠΡΩΙΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΑΛΛΑ(ΚΑΚΑΟ +ΖΑΧΑΡΗ)-ΨΩΜΙ (ΒΙΤΑΜ+ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ) ή ΜΕΡΕΝΤΑ
ΠΡΩΙΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΓΑΛΛΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ
ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ	ΚΡΟΥΑΣΑΝ+ΧΥΜΟΣ + ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ
ΓΕΥΜΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ Ή ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΚΙΜΑ+ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΓΕΥΜΑ ΕΙΔΙΚΟ	ΚΙΜΑΔΟΥΡΥΖΟ ΜΕ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ Ή ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΚΙΜΑ+ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ	ΡΥΖΟΓΑΛΟ Ή ΧΑΛΒΑ ΣΙΜΙΓΔΑΛΙ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΜΑΚΑΡΟΝΙ ΚΟΦΤΟ+ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΣΟΥΠΑ+ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ Κ

## ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΠΡΩΙΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΑΛΛΑ(ΚΑΚΑΟ +ΖΑΧΑΡΗ)-ΨΩΜΙ (ΒΙΤΑΜ+ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ) ή ΜΕΡΕΝΤΑ
ΠΡΩΙΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΓΑΛΛΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ
ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ	ΚΡΟΥΑΣΑΝ Ή ΤΣΟΥΡΕΚΙ+ΧΥΜΟΣ+ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ
ΓΕΥΜΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΦΑΣΟΛΑΔΑ Ή ΡΕΒΥΘΑΔΑ +ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ



ΓΕΥΜΑ ΕΙΔΙΚΟ	ΦΑΣΟΛΑΔΑ Ή ΡΕΒΥΘΑΔΑ +ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ	ΤΡΑΧΑΝΑΣ +ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΣΟΥΠΑ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ+ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΠΙΤΣΑ

## ΣΑΒΒΑΤΟ

ΠΡΩΙΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΑΛΑ(ΚΑΚΑΟ +ΖΑΧΑΡΗ)-ΨΩΜΙ (ΒΙΤΑΜ+ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ) ή ΜΕΡΕΝΤΑ
ΠΡΩΙΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΓΑΛΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ
ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ	-
ΓΕΥΜΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΙΟΥΒΑΡΛΑΚΙΑ Ή ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ +ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΓΕΥΜΑ ΕΙΔΙΚΟ	ΓΙΟΥΒΑΡΛΑΚΙΑ +ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ	ΓΙΑΟΥΡΤΙ+ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΡΟΔΑΚΙΝΟ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΦΙΔΕΣ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΟΜΕΛΕΤΑ+ ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ ΦΡΑΝΚΦΟΥΡΤΗΣ +ΤΥΡΙ

## ΚΥΡΙΑΚΗ

ΠΡΩΙΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΑΛΑ(ΚΑΚΑΟ +ΖΑΧΑΡΗ)-ΨΩΜΙ (ΒΙΤΑΜ+ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ) ή ΜΕΡΕΝΤΑ
ΠΡΩΙΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΓΑΛΑ-ΨΩΜΙ-ΦΡΥΓΑΝΙΑ-ΤΣΑΙ
ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ	-
ΓΕΥΜΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΛΕΜΟΝΑΤΟ Ή ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ Ή ΣΠΕΤΖΟΦΑΙ+ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΚΑΙ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ
ΓΕΥΜΑ ΕΙΔΙΚΟ	ΚΙΜΑΔΟΥΡΥΖΟ
ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ	ΚΡΕΜΑ Ή ΡΥΖΟΓΑΛΟ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΙΔΙΚΟ	ΑΣΤΡΑΚΙ + ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ +ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ
ΔΕΙΠΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΑΣΤΡΑΚΙ + ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ +ΦΡΟΥΤΟ ΕΠΟΧΗΣ

ΟΛΑ ΤΑ ΚΥΡΙΩΣ ΓΕΥΜΑΤΑ ΣΥΝΔΕΥΟΝΤΑΙ ΜΕ ΨΩΜΙ ΕΚΤΟΣ ΤΗΣ ΠΙΤΣΑΣ

1. Η προσφορά που θα κατατεθεί από τους υποψηφίους αναδόχους θα αφορά απογευματινό + βραδινό μαζί, παραδοτέο την ίδια ώρα στα κατά τόπους Παραρτήματα του Κ.Κ.Π.Π. Θεσσαλίας ( ΤΡΙΚΑΛΑ, ΚΑΡΛΙΤΣΑ, ΑΜΠΕΛΩΝΑΣ).

2. Η παραγγελίες θα γίνονται από την προηγούμενη ημέρα και θα καθορίζουν τον αριθμό των έτοιμων γευμάτων (απογευματινού + βραδινού) καθώς και τον τόπο και χρόνο παράδοσης.

3. Τα έτοιμα γεύματα θα παραδίδονται συσκευασμένα και θα τηρούν όλες τις υγειονομικές διατάξεις που καθορίζονται από την κείμενη νομοθεσία καθώς και από τα πρωτοκόλλα περι covid 19.

4. Ο υποψήφιος ανάδοχος θα είναι υποχρεωμένος να παραδίδει και αλεσμένα τα γεύματα μετά από συνεννόηση με την α/α.

5. Τα έτοιμα γεύματα σε γραμμάρια σύμφωνα με τα προγράμματα των Παραρτημάτων θα έχουν ως εξής:

ΕΙΔΟΣ	ΓΡΑΜΜΑΡΙΑ
ΚΡΕΑΤΑ ΝΩΠΑ	200
ΖΥΜΑΡΙΚΑ	100
ΟΣΠΡΙΑ	80
ΛΑΔΕΡΑ	125
ΛΑΧΑΝΑ-ΚΑΡΟΤΑ	100-50
ΜΑΡΟΥΛΙ-ΚΡΕΜΜΥΔΙ-ΑΝΙΘΟ	100-10-2
ΦΡΟΥΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	ΜΕΧΡΙ 200
ΦΕΤΑ	50
ΨΩΜΙ	30-35
ΚΟΜΠΟΣΤΑ	140-150

6. Η α/α αρχή θα έχει το δικαίωμα να παραγγέλλει διαφορετικό απογευματινό + βραδινό από αυτό που αναγράφει ένα πρόγραμμα.

7. Η συνολική τιμή για κάθε έτοιμο γεύμα ( απογευματινό + βραδινό) δεν θα πρέπει να υπερβαίνει τα 5,00 ευρώ πλέον ΦΠΑ 13%.

8. Η σύμβαση που θα υπογραφεί με τον ανάδοχο θα είναι έως το ποσό των 33.900 € και έως 31/12/2021.

#### ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΑΝΑΔΟΧΩΝ

Ο ανάδοχος δεσμεύεται ότι:

1.Καθ όλη την διάρκεια της σύμβασης θα τηρεί τις υποχρεώσεις του που απορρέουν από τις διατάξεις της περιβαλλοντικής, κοινωνικοασφαλιστικής και εργατικής νομοθεσίας, που έχουν θεσπιστεί με το δίκαιο της Ένωσης, το εθνικό δίκαιο, συλλογικές συμβάσεις ή διεθνείς διατάξεις περιβαλλοντικού, κοινωνικού και εργατικού δικαίου, οι οποίες απαριθμούνται στο Παράρτημα Χ

του Προσαρτήματος Α του ν. 4412/2016. Η τήρηση των εν λόγω υποχρεώσεων ελέγχεται και βεβαιώνεται από τα όργανα που επιβλέπουν την εκτέλεση της παρούσας σύμβασης και τις αρμόδιες δημόσιες αρχές και υπηρεσίες που ενεργούν εντός των ορίων της ευθύνης και της αρμοδιότητάς τους. Ο Ανάδοχος και το προσωπικό που θα χρησιμοποιήσει κατά την εκτέλεση της προμήθειας, δεν έχουν καμία απολύτως σχέση εξαρτημένης εργασίας με την Αναθέτουσα Αρχή, οι δε μισθοί και αμοιβές τους, καθώς και οποιεσδήποτε άλλες υποχρεώσεις, οι οποίες επιβάλλονται από την εργατική και ασφαλιστική νομοθεσία, βαρύνουν αποκλειστικά τον Ανάδοχο, ο οποίος είναι ο μόνος υπεύθυνος έναντι αυτών με τους οποίους συνδέεται με εργασιακή ή άλλη σχέση καθώς και έναντι τρίτων εξ' αφορμής των σχέσεων αυτών. Η Αναθέτουσα Αρχή δεν φέρει καμία αστική ή άλλη ευθύνη έναντι του προσωπικού που θα απασχοληθεί για την ανωτέρω προμήθεια.

2. Καθ' όλη τη διάρκεια σύμβασης, ο Ανάδοχος θα πρέπει να συνεργάζεται στενά με την Αναθέτουσα Αρχή και υποχρεούται να λαμβάνει υπόψη του οποιεσδήποτε παρατηρήσεις σχετικά με την εκτέλεση της σύμβασης.

4. Σε περίπτωση οποιασδήποτε παράβασης ή ζημίας προκληθεί σε τρίτους υποχρεούται μόνον αυτός προς αποκατάστασή της.

5. Ο Ανάδοχος θα ενεργεί με επιμέλεια και φροντίδα, ώστε να εμποδίζει πράξεις ή παραλείψεις, που θα μπορούσαν να έχουν αποτέλεσμα αντίθετο με το συμφέρον της Αναθέτουσας Αρχής.

6. Δεν θα ενεργήσει αθέμιτα, παράνομα ή καταχρηστικά καθ' όλη τη διάρκεια της εκτέλεσης της σύμβασης.

7. Με την συμμετοχή του στη διαδικασία της παρούσας σύμβασης (κατάθεση προσφοράς) δηλώνει ανεπιφύλακτα ότι αποδέχεται όλους τους όρους που απορρέουν από αυτήν.

8. Όλα τα έξοδα που θα πραγματοποιεί η ανάδοχος για την εκτέλεση της συγκεκριμένης προμήθειας ( μεταφορικά κτλ) βαρύνουν αποκλειστικά τον ανάδοχο.

9. Ο Ανάδοχος είναι υποχρεωμένος να τηρήσει τα χρονικά όρια που αναφέρει η πρόσκληση εκτός και αν υπάρχουν λόγοι ανωτέρας βίας.

#### ΓΕΝΙΚΟΙ ΟΡΟΙ

- Κριτήριο κατακύρωσης θα είναι η πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά βάσει χαμηλότερης τιμής για κάθε έτοιμο γεύμα ( απογευματινό + βραδινό). Αν η προσφορά υπερβαίνει τον ενδεικτικό προϋπολογισμό ( 5,00 + ΦΠΑ 13%) θα αποκλείεται.
- Σε περίπτωση που η δύο προσφέροντες έχουν την ίδια ακριβώς χαμηλότερη οικονομική προσφορά θα πραγματοποιηθεί κλήρωση σύμφωνα με τον Ν.4412/2016.
- Η αναθέτουσα αρχή μπορεί να προβεί σε ματαίωση της όλης διαδικασίας ( σε οποιοδήποτε στάδιο) αν συντρέχει κάποιος από τους λόγους που αναφέρει το άρθρο 106 του Ν.4412/2016.
- Οι προσφορές θα είναι σε ευρώ.
- Σε περίπτωση που ένας προσφέρων έχει απαλλαγή από ΦΠΑ, στην οικονομική προσφορά θα συμπληρώσει την τιμή χωρίς ΦΠΑ και θα προσκομίσει επίσημο έγγραφο που θα αποδεικνύει την απαλλαγή του για το διάστημα έως την εκτέλεση της προμήθειας.
- Σε περίπτωση αναγραφής λανθασμένου ΦΠΑ θα ληφθεί υπόψη η καθαρή αξία και θα γίνει υπολογισμός από την αναθέτουσα αρχή με τον σωστό ΦΠΑ και την σωστή τελική αξία.
- Σε περίπτωση ελλιπούς ή κακής εκτέλεσης της προμήθειας (άρθρο 213 Ν.4412/2016) ο ανάδοχος θα πρέπει να προβεί σε άμεση αντικατάσταση των ειδών, σε διαφορετική περίπτωση θα κηρύττεται έκπτωτος και θα επιβάλλονται οι ανάλογες κυρώσεις.
- Η αναθέτουσα αρχή μπορεί να ζητήσει από τον προσφέροντα, να συμπληρώσει ή να προβεί σε διευκρινίσεις όταν κατά την διάρκεια της διαδικασίας υπάρχουν ασάφειες η επουσιώδη τυπικά σφάλματα.

- Τα μεταφορικά ή οποιοδήποτε άλλο έξοδο προκύπτει για την παράδοση της προμήθειας στα Παραρτήματα βαρύνουν τον ανάδοχο προμηθευτή.
- Εναλλακτικές προσφορές δεν θα γίνονται δεκτές και οι προσφέροντες θα αποβάλλονται από την διαδικασία.
- Μετά την ανάθεση από το Δ.Σ. ο ανάδοχος προμηθευτής θα υπογράψει σύμβαση έως 31/12/2021.
- Αν ο ανάδοχος δεν προσέλθει για την υπογραφή της σύμβασης η αναθέτουσα αρχή καλεί τον επόμενο μειοδότη
- Ο ανάδοχος προμηθευτής με την ολοκλήρωση της κάθε προμήθειας, θα προσκομίσει το ανάλογο τιμολόγιο.
- Ο ανάδοχος προμηθευτής βαρύνεται με όλες τις νόμιμες κρατήσεις του Δημοσίου σύμφωνα με τους ισχύοντες κάθε φορά Νόμους και σχετικές Εγκυκλίους των αρμόδιων Υπουργείων.
- Η παράδοση-παραλαβή της προμήθειας θα γίνεται στα ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ του Κ.Κ.Π.Π. Θεσσαλίας.
- Η πρόσκληση ενδιαφέροντος θα αναρτηθεί στο Κ.Η.Μ.ΔΗ.Σ.

### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΠΡΟΣΦΟΡΩΝ

Οι προσφορές υποβάλλονται σε σφραγισμένο φάκελο στον οποίο θα αναγράφονται εξωτερικά τα στοιχεία του διαγωνιζομένου (Επωνυμία, ΑΦΜ, Τηλέφωνο, Εδρα, Επάγγελμα email) και τα εξής:

ΚΕΝΤΡΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΝΟΙΑΣ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

ΤΕΡΜΑ ΦΑΝΑΡΙΟΥ ΚΑΡΔΙΤΣΑ

ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΜΗΘΕΙΩΝ

ΤΗΛ : 2441-3-50305

Τ.Κ 43100

### ΠΡΟΣΦΟΡΑ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΠ.ΑΡ. 21/2021

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ

ΠΟΥ ΑΦΟΡΑ ΤΗΝ

ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΕΤΟΙΜΩΝ ΓΕΥΜΑΤΩΝ ΣΤΑ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ ΤΟΥ

Κ.Κ.Π.Π. ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ ΣΥΝΟΛΙΚΟΥ ΠΡΟΥΠΟΛΟΓΙΣΜΟΥ 33.900,00 ΜΕ ΦΠΑ

ΚΑΤΑΛΗΚΤΙΚΗ ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΥΠΟΒΟΛΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΩΝ Η 26/10/2021 ΚΑΙ ΩΡΑ 14:00

ΠΡΟΣΟΧΗ: ΝΑ ΜΗΝ ΑΠΟΣΦΡΑΓΙΣΘΕΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΑΧΥΔΡΟΜΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ Ή ΤΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ

Εντός του σφραγισμένου φακέλου θα περιέχονται δυο (2) ξεχωριστοί σφραγισμένοι φάκελοι οι οποίοι θα αναγράφουν ευκρινώς τα στοιχεία του διαγωνιζομένου και το περιεχόμενο αυτών (οικονομική προσφορά ή δικαιολογητικά συμμετοχής).

### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΩΝ ΔΥΟ ΦΑΚΕΛΩΝ

Α) Ο πρώτος σφραγισμένος φάκελος θα περιλαμβάνει τα ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ τα οποία είναι τα εξής.

1) Υπεύθυνη Δήλωση του Ν.1599/1986 (Α'75) στην οποία θα δηλώνεται ότι :

α) Δεν βρίσκομαι σε καμία από τις καταστάσεις των άρθρων 73 & 74 του Ν.4412/2016 και στην περίπτωση που αυτό αποδειχθεί σε οποιοδήποτε στάδιο της διαδικασίας θα κηρυχθώ έκπτωτος.

β) Η συμμετοχή μου δεν δημιουργεί κατάσταση σύγκρουσης συμφερόντων κατά τα ειδικότερα προβλεπόμενα στο άρθρο 24 του ν.4412/2016.

γ) Έλαβα πλήρη γνώση της πρόσκλησης και αποδέχομαι πλήρως και ανεπιφύλακτα όλους τους όρους της.

δ) Τα δικαιολογητικά που κατατίθενται είναι φωτοαντίγραφα από τα γνήσια που έχω στην κατοχή μου.

**2) Φορολογική ενημερότητα** σε ισχύ κατά τον χρόνο υποβολής, ή στην περίπτωση που δεν αναφέρεται χρόνος ισχύος, να έχει εκδοθεί έως τρείς (3) μήνες πριν από την υποβολή.

**3) Ασφαλιστική ενημερότητα** σε ισχύ κατά τον χρόνο υποβολής, ή στην περίπτωση που δεν αναφέρεται χρόνος ισχύος, να έχει εκδοθεί έως τρείς (3) μήνες πριν από την υποβολή.

**4) ΑΔΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΟΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟΥ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ.**

**5) ΤΙΣ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ:**

Σύστημα Διαχείρισης Ποιότητας, ISO 9001:2015

Σύστημα Διαχείρισης της Ασφάλειας Τροφίμων, ISO 22000:2018

Σύστημα Διαχείρισης της Ιχνηλασιμότητας των τροφίμων ISO 22005:2007

Σύστημα Περιβαλλοντικής Διαχείρισης ISO 14001:2015

Σύστημα Διαχείρισης Υγείας και Ασφάλειας στην εργασία ISO 45001:2018

**B) Ο δεύτερος σφραγισμένος φάκελος θα περιλαμβάνει ΤΗΝ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ σύμφωνα με το υπόδειγμα και θα έχει υπογραφή και σφραγίδα του διαγωνιζομένου.**

**ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ**

A/A	ΕΙΔΟΣ ΠΡΟΜΗΘΕΙΑΣ	ΚΑΘΑΡΗ ΑΞΙΑ	ΦΠΑ 13%	ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΤΙΜΗ ΜΕ Φ.Π.Α
1	ΕΤΟΙΜΟ ΓΕΥΜΑ ( ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ + ΒΡΑΔΙΝΟ) ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΤΩΝ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΩΝ ΤΟΥ Κ.Κ.Π.Π. ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ			
ΤΙΜΗ ΜΕ ΦΠΑ ΟΛΟΓΡΑΦΩΣ : .....				

**Ο ΠΡΟΣΦΕΡΩΝ**  
(Σφραγίδα & υπογραφή)

**Ο ΠΡΟΣΦΕΡΩΝ**  
(Σφραγίδα & υπογραφή)

**Για κάθε θέμα που δεν ρυθμίζεται στην παρούσα έχουν εφαρμογή οι διατάξεις του Ν.4412/2016**

**Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΟΥ  
Κ.Κ.Π.Π. ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ**

**ΠΑΠΠΑ ΔΗΜΗΤΡΑ**