

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΣΣΙΤΙΟΥ ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2018  
(ΑΠΟ 01 ΕΩΣ 31 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ2018)**

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>1</b>	ΑΓΚΙΝΑΡΕΣ ΑΛΑ ΠΟΛΙΤΑ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΤΑΣ ΚΕΜΠΑΠ	ΜΥΔΟΠΙΛΛΑΦΟ		<p align="center"><b>ΚΑΘΕ ΜΕΣΗΜΕΡΙ ΨΗΤΑ ΤΗΣ ΩΡΑΣ</b></p> <p>ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΧΟΙΡΙΝΗ</p> <p>ΣΝΙΤΣΕΛ ΧΟΙΡΙΝΟ</p> <p>ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ</p> <p>ΦΙΛΕΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ</p> <p>ΜΠΙΦΤΕΚΙ</p> <p>ΨΑΡΟΝΕΦΡΙ</p> <p>ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ</p> <p>ΠΑΤΑΤΕΣ</p> <p align="center"><b>ΣΑΛΑΤΕΣ</b></p> <p>ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ</p> <p>ΑΓΓΟΥΡΟΝΤΟΜ ΑΤΑ</p> <p>ΠΡΑΣΙΝΗ</p> <p>ΣΑΛΑΤΑ ΛΑΕΔ</p> <p>ΤΖΑΤΖΙΚΙ</p> <p>ΡΩΣΙΚΗ</p> <p>ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ</p> <p>ΤΑΡΑΜΟΣΑΛ ΑΤΑ</p>
<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>2</b>	ΧΟΙΡΙΝΟ ΠΡΑΣΣΟΣΕΛΙΝΟ	ΑΡΑΚΑΣ ΓΙΑΧΝΙ	ΤΣΙΠΟΥΡΑ ΣΧΑΡΑΣ		
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>3</b>	ΣΑΡΔΕΛΕΣ ΜΕ ΧΟΡΤΑ	ΓΙΟΥΒΑΡΛΑΚΙΑ ΑΥΓΟΛΕΜΟΝΟ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΓΙΑΧΝΙ		
<b>ΠΕΜΠΤΗ</b>	<b>4</b>	ΜΟΥΣΑΚΑΣ	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΚΙΜΑ	ΦΑΚΕΣ		
<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>	<b>5</b>	ΣΟΥΠΙΕΣ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΣΟΥΠΑ	ΠΕΝΝΕΣ ΜΕ 4 ΤΥΡΙΑ		
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ</b>	<b>6</b>	ΨΑΡΟΝΕΦΡΙ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ	ΡΟΛΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ	ΣΟΛΩΜΟΣ ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ	
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ</b>	<b>7</b>	ΚΟΝΤΟΣΟΥΒΛΙ	ΡΟΛΟ ΧΟΙΡΙΝΟ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΜΕ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ	ΠΕΡΚΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤΑ	
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>8</b>	ΣΠΑΝΑΚΟΥΡΥΖΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΟΥΡΝΟΥ	ΚΡΕΠΕΣ ΖΑΜΠΟΝ-ΤΥΡΙ		
<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>9</b>	ΚΟΚΚΟΡΑΣ ΚΡΑΣΑΤΟΣ ΜΕ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ	ΑΡΑΚΑΣ ΓΙΑΧΝΙ	ΚΕΦΤΕΔΑΚΙΑ ΤΗΓΑΝΗΤΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ		
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>10</b>	ΦΑΓΚΡΙ ΣΧΑΡΑΣ ΜΕ ΜΠΡΟΚΟΛΟΚΑΙ ΚΑΡΟΤΑ	ΚΟΛΟΚΥΘΑΚΙΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΑΥΓΟΛΕΜΟΝΟ	ΡΕΒΥΘΙΑ		
<b>ΠΕΜΠΤΗ</b>	<b>11</b>	ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΠΑΠΟΥΤΣΑΚΙΑ	ΣΠΑΓΓΕΤΙ ΚΑΡΜΠΟΝΑΡΑ	ΦΑΣΟΛΑΔΑ		
<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>	<b>12</b>	ΠΙΛΑΦΙ ΜΕ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ	ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΜΕ ΦΙΝΟΚΙΟ	ΚΟΤΟΣΟΥΠΑ ΑΥΓΟΛΕΜΟΝΟ		
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ</b>	<b>13</b>	ΨΑΡΟΝΕΦΡΙ ΜΕ ΣΩΣ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΣΟΥΒΛΑΣ	ΡΟΛΟ ΧΟΙΡΙΝΟ	ΠΕΡΚΑ ΛΕΜΟΝΑΤΗ	
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ</b>	<b>14</b>	ΚΟΝΤΟΣΟΥΒΛΙ	ΡΟΛΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΜΕ ΠΕΝΝΕΣ	ΦΑΓΚΡΙ ΜΕ ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤΑ	
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>15</b>	ΑΓΚΙΝΑΡΕΣ ΑΛΑ ΠΟΛΙΤΑ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΜΑΡΙΝΑΤΟ	ΠΕΝΝΕΣ ΣΟΥΦΛΕ		
<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>16</b>	ΛΑΧΑΝΟΝΤΟΛΜΑ ΔΕΣ ΑΥΓΟΛΕΜΟΝΟ	ΦΑΚΕΣ	ΤΣΙΠΟΥΡΑ ΣΧΑΡΑΣ		
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>17</b>	ΣΟΛΩΜΟΣ ΜΕ ΠΟΠΙΕΤΑ ΑΠΟ ΣΠΑΝΑΚΙ	ΣΟΥΤΖΟΥΚΑΚΙΑ ΣΜΥΡΝΕΙΚΑ	ΦΑΣΟΛΑΔΑ		
<b>ΠΕΜΠΤΗ</b>	<b>18</b>	ΜΟΥΣΑΚΑΣ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΓΙΟΥΒΕΤΣΙ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΓΙΑΧΝΙ		
<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>	<b>19</b>	ΧΤΑΠΟΔΙ ΜΕ ΚΟΦΤΟ ΜΑΚΑΡΟΝΑΚΙ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ	ΓΛΩΣΣΑ ΤΗΓΑΝΗΤΗ ΜΕ ΧΟΡΤΑ		
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ</b>	<b>20</b>	ΧΟΙΡΙΝΟ ΛΕΜΟΝΑΤΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΣΟΥΒΛΑΣ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΜΠΛΑΝΚΕΤ	ΠΕΡΚΑ ΛΕΜΟΝΑΤΗ	
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ</b>	<b>21</b>	ΚΟΝΤΟΣΟΥΒΛΙ	ΡΟΛΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ	ΦΑΓΚΡΙ ΣΧΑΡΑΣ	

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>22</b>	ΑΓΚΙΝΑΡΕΣ ΜΕ ΑΡΑΚΑ	ΚΟΤΟΜΠΟΥΤΑΚΙΑ ΕΣΤΡΑΓΚΟΝ ΜΕ ΡΥΖΙ	ΠΕΝΝΕΣ ΑΛΑ ΚΡΕΜ		<b>ΚΑΘΕ ΜΕΣΗΜΕΡΙ ΨΗΤΑ ΤΗΣ ΩΡΑΣ</b>  ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΧΟΙΡΙΝΗ ΣΝΙΤΣΕΛ ΧΟΙΡΙΝΟ  ΜΠΡΙΖΟΛΑ ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ  ΦΙΛΕΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΨΑΡΟΝΕΦΡΙ ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΠΑΤΑΤΕΣ  <b>ΣΑΛΑΤΕΣ</b> ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΑΓΓΟΥΡΟΝΤΟΜ ΑΤΑ ΠΡΑΣΙΝΗ ΣΑΛΑΤΑ ΛΑΕΔ ΤΖΑΤΖΙΚΙ ΡΩΣΙΚΗ ΤΥΡΟΣΑΛΑΤΑ ΤΑΡΑΜΟΣΑΛ ΑΤΑ
<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>23</b>	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΜΕ ΠΟΥΡΕ ΜΕΛΙΤΖΑΝΑΣ	ΨΑΡΙ ΨΙΛΟ ΤΗΓΑΝΗΤΟ	ΦΑΚΕΣ		
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>24</b>	ΤΣΙΠΟΥΡΑ ΣΧΑΡΑΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤΑ	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΣΟΥΠΑΣ	ΦΑΣΟΛΑΔΑ		
<b>ΠΕΜΠΤΗ</b>	<b>25</b>	ΜΟΥΣΑΚΑΣ	ΠΙΛΑΦΙ ΜΕ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ	ΚΟΤΟΣΟΥΠΑ ΑΥΓΟΛΕΜΟΝΟ		
<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>	<b>26</b>	ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΜΕ ΚΟΛΟΚΥΘΑΚΙΑ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ	ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ ΜΕ ΚΙΜΑ	ΣΟΥΠΙΕΣ ΚΡΑΣΑΤΕΣ		
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ</b>	<b>27</b>	ΧΟΙΡΙΝΟ ΡΙΓΑΝΑΤΟ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΣΟΥΒΛΑΣ	ΤΣΙΠΟΥΡΑ ΜΕ ΠΑΤΑΤΟΣΑΛΑΤΑ	<b>ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΜΠΑΝΚΕΤ</b>	
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ ΕΘΝΙΚΗ ΕΟΡΤΗ</b>	<b>28</b>	ΚΟΤΟΜΠΟΥΤΑΚΙ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ	ΚΟΝΤΟΣΟΥΒΛΙ	ΣΟΛΩΜΟΣ ΜΕ ΚΑΡΟΤΑ ΚΑΙ ΜΠΡΟΚΟΛΟ	<b>ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ</b>	
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>29</b>	ΑΓΚΙΝΑΡΕΣ ΑΛΑ ΠΟΛΙΤΑ	ΚΡΕΠΕΣ ΣΠΑΝΑΚΙ -ΤΥΡΙ	ΧΟΙΡΙΝΟ ΡΙΓΑΝΑΤΟ		
<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>30</b>	ΜΟΣΧΑΡΑΚΙ ΣΤΙΦΑΔΟ	ΓΑΥΡΟΣ ΡΙΓΑΝΑΤΟΣ	ΡΕΒΥΘΙΑ		
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>31</b>	ΨΑΡΙ ΣΟΥΠΑ ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ	ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΡΥΖΙ	ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΓΙΑΧΝΙ		

-Ο-  
ΔΝΤΗΣ ΛΑΕΔ

Γεώργιος Ρέλλιας  
Ταξίαρχος

-Ο-  
ΥΔΝΤΗΣ ΛΑΕΔ

Μιχαήλ Σύρμπτος  
Ταξίαρχος

-Ο-  
ΤΜΗΜ/ΧΗΣ ΤΠΥ

Γεώργιος Ιγγλεζάκης  
Υπλχος (ΔΒ)

-Ο-  
ΔΧΣΤΗΣ ΣΥΣΣΙΤΙΟΥ

Βασίλειος Γιαννακαράς  
Ανθστής(ΠΖ)

-Ο-  
ΜΑΓΕΙΡΑΣ

Νικόλαος Δαούτης  
Μ.Υ.