

Paradise Summer Camp - Πρόγραμμα Διατροφής 5ης εβδομάδας

Πρόγραμμα Διατροφής

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
ΠΡΩΙΝΟ	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί, Τυρί Edam, Γαλοπούλα	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί, Τυρί Edam, Γαλοπούλα	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί, Τυρί Edam, Γαλοπούλα	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί, Τυρί Edam, Γαλοπούλα	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί, Τυρί Edam, Γαλοπούλα
	Φυστικοβούτυρο, Μέλι, Μαρμελάδα, Μερέντα, Βούτυρο	Φυστικοβούτυρο, Μέλι, Μαρμελάδα, Μερέντα, Βούτυρο	Φυστικοβούτυρο, Μέλι, Μαρμελάδα, Μερέντα, Βούτυρο	Φυστικοβούτυρο, Μέλι, Μαρμελάδα, Μερέντα, Βούτυρο	Φυστικοβούτυρο, Μέλι, Μαρμελάδα, Μερέντα, Βούτυρο
	Γάλα, Βραστά Αυγά, Γιαούρτι, Χυμό, Nesquick	Γάλα, Βραστά Αυγά, Γιαούρτι, Χυμό, Nesquick	Γάλα, Βραστά Αυγά, Γιαούρτι, Χυμό, Nesquick	Γάλα, Βραστά Αυγά, Γιαούρτι, Χυμό, Nesquick	Γάλα, Βραστά Αυγά, Γιαούρτι, Χυμό, Nesquick
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Κουλούρι Θεσσαλονίκης	Τοστ - γαλοπούλα gouda	Μπάρα Δημητριακών	Donuts	Φρούτα Εποχής
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Σπαγγέτι Μπολονέζ με μοσχαρίσιο κιμά και τριμμένη κεφαλογραβιέρα	Τρυφερές μπουκίτσες μοσχαριού λεμονάτες με ρύζι τύπου Αμερικής και τριμμένη κεφαλογραβιέρα	Καλαμάκια Κοτόπουλου με πατάτες τηγανητές και σως	Σπιτικό Παστίτσιο με τη συνταγή της γιαγιάς	Φρέσκα χοιρινά σουβλάκια τυλιχτά σε φρέσκια πίτα με ντομάτα, κρεμμύδι, τζατζίκι και γλυκιά πάπρικα
	Sticks αγγουριού & καρότου	Ελληνική σαλάτα (ντομάτα, αγγούρι, πιπεριά, ελαιόλαδο) & φέτα	Ελληνική σαλάτα (ντομάτα, αγγούρι, πιπεριά, ελαιόλαδο)	Πράσινη σαλάτα (μαρούλι, λόλα, ανάμεικτα φύλλα & κρουτόν)	
	Φρούτα εποχής		Φρούτα εποχής	Φρούτα εποχής	Παγωτό