

23.12.2024 – 27.12.2024

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή
---------	-------	---------	--------	-----------

ΠΡΩΙΝΟ

Γάλα				
Δημητριακά	ΚΑΛΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ			
	ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ			
Φρούτο εποχής				

ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ

Ζυμαρικό ολικής άλεσης* με σάλτσα				
Τυρί κίτρινο	ΚΑΛΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ			
Ψωμί*	ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ			

ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ (ΒΡΕΦΩΝ - ΝΗΠΙΩΝ)

Φρούτο εποχής				
---------------	--	--	--	--

ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΙΟ ΒΡΕΦΩΝ

Φρουτόκρεμα	ΚΑΛΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ			
Χορτόσουπα	ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ			

- Το διαιτολόγιο συντάσσεται σύμφωνα με τις υποδείξεις παιδιάτρου.
- Σε έκτακτη ανάγκη το διαιτολόγιο μπορεί να τροποποιηθεί.
- Η σούπα μαγειρεύεται σε ξεχωριστό σκεύος από το ψάρι. Μπορεί να αποτελέσει, εναλλακτικό μεσημεριανό γεύμα σε βρέφη και νήπια που έχουν αλλεργία στο ψάρι ή δεν έχει εισαχθεί αυτό στην διατροφή τους.
- Τα δημητριακά περιέχουν γλουτένη και ίχνη ξηρών καρπών. Να μην διατίθενται σε παιδιά που έχουν δυσανεξία στην γλουτένη και κοιλιοκάκη και αλλεργία στους ξηρούς καρπούς.
- * Απαγορεύεται σε παιδιά με αλλεργία στο σουσάμι και σε όσα παιδιά δεν έχουν ακόμη καταναλώσει ταχίνι.(Για το ταχίνι και το χαλβά να γίνει πρώτα δοκιμή στο σπίτι για 1 εβδομάδα)
- * Ο άρτος- ψωμί μπορεί να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών, σουσάμι και να μην διατίθενται σε παιδιά με αλλεργία στους ξηρούς καρπούς, σουσάμι.
- * Τα ζυμαρικά ολικής άλεσης μπορεί να περιέχουν ίχνη ξηρών καρπών και συναπιού. Δεν επιτρέπεται η κατανάλωση τους από παιδιά με αλλεργία στους ξηρούς καρπούς, σινάπι.

Η Παιδιάτρος
Δημοσθένης Βασιλική