



Τρόφιμα που χρειάζονται στο συσσίτιο

ΛΑΧΑΝΙΚΑ	ΑΜΥΛΟΥΧΑ	ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ	ΖΩΙΚΗ ΠΡΩΤΕΙΝΗ
Αγγούρι	Πατάτες	Γάλα εβαπορέ	Κονσέρβα τόνο σε λάδι
Πελτές τομάτας	Ρύζι	Γάλα υψηλής παστερίωσης	Κονσέρβα σαρδέλα
Καρότα	Μακαρόνια σπαγγέτι	Ξερή μυζήθρα	Κοτόπουλο κατεψυγμένο
Κρεμμύδια	Κοφτό μακαρονάκι	ΑΛΛΑ ΤΡΟΦΙΜΑ	Κονσέρβα καλαμαράκια
Κονσέρβα αρακά	Βρώμη	Ξύδι μπαλσάμικο	Γλώσσα κατεψυγμένη
Κουνουπίδι	Χυλοπίτες	Κανέλα	Πέρκα κατεψυγμένη
Μπρόκολο	Φιδές	Κακάο	Μοσχάρι κατεψυγμένο
Λάχανο	Κριθαράκι	Καφές	Γαύρος κονσέρβα
Λεμόνια	Τραχανάς	Ζάχαρη	Κονσέρβα σολομός
Μελιτζάνες	Χονδρό σιμιγδάλι	Μαρμελάδα	Κονσέρβα γαρίδες
Ντομάτες	Φρυγανιές	Ξύδι κανονικό	Μπακαλιάρος κατεψυγμένος
Πιπεριές (κόκκινες-πράσινες)	Ψιλό σιμιγδάλι	Αλάτι	Κοτόπουλο σε κονσέρβα
Χόρτα	Δημητριακά πρωινού	Πιπέρι	Χοιρινό κατεψυγμένο
Φασολάκια	ΟΣΠΡΙΑ	Ρίγανη	Αυγά
Αρακάς	Φακές	Μαϊντανός	Κιμάς κατεψυγμένος
Κατεψυγμένα λαχανικά	Φασόλια	Δυόσμος	ΛΙΠΗ ΚΑΙ ΕΛΑΙΑ
Καλαμπόκι κονσέρβα	Φασόλια γίγαντες	Τσάι	Ελαιόλαδο
Μανιτάρια κονσέρβα	Φασόλια μαυρομάτικα	Μέλι	Ελιές
Σέλινο	Ρεβίθια	Κράκερ	Ξηροί καρποί (αμύγδαλα-καρύδια-φουντούκια)
Τοματοχυμός σε χάρτινη συσκευασία	Φάβα	Μπισκότα ολικής άλεσης	Ταχίνι
Κολοκυθάκια	Φασόλια σε κονσέρβα	Μπάρες δημητριακών	
Σκόρδο		Αλεύρι για όλες τις χρήσεις	