

1. Η Διατροφή μας Catering Igglesis

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
ΠΡΩΙΝΟ	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί Μαρμελάδα, Μέλι, Μερέντα, Μαργαρίνη Γάλα, γιαούρτι, χυμό, Nesquick	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί Μαρμελάδα, Μέλι, Μερέντα, Μαργαρίνη Γάλα, γιαούρτι, χυμό, Nesquick	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί Μαρμελάδα, Μέλι, Μερέντα, Μαργαρίνη Γάλα, γιαούρτι, χυμό, Nesquick	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί Μαρμελάδα, Μέλι, Μερέντα, Μαργαρίνη Γάλα, γιαούρτι, χυμό, Nesquick	Δημητριακά, Κέικ, Ψωμί Μαρμελάδα, Μέλι, Μερέντα, Μαργαρίνη Γάλα, γιαούρτι, χυμό, Nesquick
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρουτοσαλάτα	Τοστ	Μπάρα δημητριακών	Μπάρα δημητριακών	Φρουτοσαλάτα
ΜΕΣΗΜΕΡΙ	Καρμπονάρα με πέννες, καπνιστό μπέικον και κρέμα γάλακτος Ελληνική σαλάτα με ντομάτα αγγούρι πιπεριά ελαιόλαδο	Μπιφτέκια από φρέσκο μοσχαρίσιο κυμά και ρύζι τύπου Αμερικής Ελληνική σαλάτα με ντομάτα αγγούρι πιπεριά ελαιόλαδο	Μπουτάκια κοτόπουλο με πατάτες στον φούρνο Αγγούρι - καρότο	Δύο Κεμπάπ στα κάρβουνα - πίτες - πατάτες τηγανητές Ελληνική σαλάτα με ντομάτα αγγούρι πιπεριά ελαιόλαδο	Φρέσκα χοιρινά σουβλάκια τυλιχτά με φρέσκια πίτα, ντομάτα, κρεμμύδι, τζατζίκι, γλυκιά πάπρικα ΠΑΓΩΤΟ

2. Τα εφόδια μας

Κάθε παιδάκι θα πρέπει να έχει μαζί του

1. Ένα σακίδιο με αντιηλιακό - πετσετούλα - μπλουζάκι - σορτσάκι - εσώρουχο - σαγιονάρες - μαγιώ - μπουκάλι νερό.
2. Να φοράνε αθλητικά παπούτσια
3. Να γραφτούν τα ονόματα των παιδιών στα πράγματα τους
4. Στο κολυμβητήριο να έχουν στο σακίδιό τους σκουφάκι
5. Στη θάλασσα να φέρνουν τα τον εξοπλισμό που χρησιμοποιούν μαζί σας (π.χ. μπρατσάκια-σωςίβιο-τουβλάκια κλπ)

3. Οδηγίες για τα δρομολόγια σχολικών

1. Να ζητήσετε το τηλέφωνο από τον συνοδό του σχολικού
2. Κάθε Σάββατο ο οδηγός πραγματοποιεί δοκιμαστικό δρομολόγιο της επόμενης εβδομάδος. Σάββατο απόγευμα ή την Κυριακή μέχρι το μεσημέρι, σας καλεί για την ώρα που θα παραλάβουμε το παιδάκι σας.

Ο υπεύθυνος του Camp: κος Νίκος Φαναριώτης

Η διατροφολόγος: κα Βασιλική Βέρου

Υπεύθυνος Πρώτων βοηθειών κος Παναγιώτης Πετρίδης

www.paradisepark.gr

F: Paradise Park Athens

210 2466466