

10ήμερο πρόγραμμα και επιλογές Ελληνικού δείπνου σε στυλ
μπουφέ ημιδιατροφής ή κατ' επιλογή
(κεντρικό εστιατόριο 19:30-22:00)

Διάταξη-Κατηγορίες Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | |
|-------|----------|------|-------------|---------------|---------|
| Κρέας | Θεματικό | Ψάρι | Χορτοφαγικό | Ζυμαρικό/Ρύζι | Πατάτες |
| | | | | Πίτα | |

Διάταξη-Κατηγορίες Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|----------|---------------|-------|-------|----------|
| Χωριάτικη | Θεματική | Άλειμμα | Τυριά | Γλυκό | Γιαούρτι |
| | | Μαριναρισμένα | | | Φρούτο |

Διάταξη-Κατηγορίες Ξηρού Μπουφέ

| | | | | | |
|------|------|----------|--------------|--------|--|
| Ψωμί | Ψωμί | Μπουκιές | Τουρσί/ελιές | Φρούτα | |
|------|------|----------|--------------|--------|--|

Ημέρα 1 (Θεματικό βασισμένο στην Κέρκυρα)

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | | |
|----------------|------------------|--------------------|-----------|--------|-------------|---------------|
| Γύρος χοιρινός | Σοφρίτο Κέρκυρας | Μπακαλιάρο μπιάνκο | Τσιγαρέλι | Πέννες | Ντομάτα σος | Πατάτες πουρέ |
| | | | | Ρύζι | | |

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|----------------|-----------------|-------------------|--------------------|----------|
| Χωριάτικη | Νεραντζοσαλάτα | Τζατζίκι/ταραμά | Γραβιέρα Κέρκυρας | Πανακότα κουμκουάτ | Γιαούρτι |
| | | Γαύρος σαβόρο | Φέτα | | Πεπόνι |

Ημέρα 2

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | | |
|---------|-----------------------------|---------------|---------------|----------------|----------|-------------------|
| Κεμπάμπ | Χοιρινό ρολό λιαστές/κασέρι | Μύδια αχνιστά | Ιμάμ Μπαϊλντί | Μπουγάτσα τυρί | Ντομάτα | Πατάτες τηγανιτές |
| | | | | | Σπαγγέτι | |

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|-------------|------------------------------|--------|---------------------|----------|
| Χωριάτικη | Πολίτικη | Τυροκαυτερή /μελιτζανοσαλάτα | Κασέρι | Τρίγωνα πανοράματος | Γιαούρτι |
| | Ντολμαδάκια | Σκουμπρί καπνιστό | Φέτα | Καρυδόπιτα | Καρπούζι |

Ημέρα 3 (Θεματικό βασισμένο στην Κρήτη)

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | | |
|-----------------|-------------|---------------------------------|----------------------|------------|------------|-----------------|
| Γύρος κοτόπουλο | Αρνάκι ψητό | Ψάρι ημέρας με φασολάκια γιαχνί | Κολοκυθάκια με βλίτα | Σκιουφιχτά | Ντομάτα | Πατάτες φούρνου |
| | | | | Πιλάφι | Μελιτζάνες | |

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------------------|--------|------------------|----------|------------|-----------------|
| Χωριάτικη με πλιγούρι | Ντάκος | Τζατζίκι/χούμους | Γραβιέρα | Ξεροτήγανα | Γιαούρτι |
| | | Γάυρος μαρινάτος | Μυζήθρα | | Πεπόνι/μπανάνες |

Ημέρα 4 (Θεματικό βασισμένο στο Άγιο Όρος)

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | | |
|----------------|----------------------------|-------------------|---------------------|-------------|-------------------|---|
| Κοτόπουλο ψητό | Ροφός στιφάδο με δαμάσκηνα | Ντομάτες γεμιστές | Μουσακάς Νηστίσιμος | Σπανακόπιτα | Πατάτες λεμονάτες | « |
|----------------|----------------------------|-------------------|---------------------|-------------|-------------------|---|

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|--------------------------|----------------|----------|--------|----------|
| Χωριάτικη | Φασολάκια με κολοκυθάκια | Ταραμάς/φάβα | Καπνιστό | Χαλβάς | Γιαούρτι |
| | Μαυρομάτικα | Χταπόδι ξιδάτο | Φέτα | | Ροδάκινα |

Ημέρα 5 (Θεματικό βασισμένο στο Αιγαίο)

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|--------------------------|---------|----------------|-----------|-------------------|
| Μπιφτέκια | Χοιρινό με αμπελοφάσουλα | Κακαβιά | Ρεβιθοκεφτέδες | Φρουτάλια | Πατάτες τσακιστές |
|-----------|--------------------------|---------|----------------|-----------|-------------------|

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|-------------------------|----------------|----------|---------------------|----------|
| Χωριάτικη | Μαυρομάτικα με μαϊντανό | Φάβα/τζατζίκι | Γραβιέρα | Καρυδόπιτα με κίτρο | Γιαούρτι |
| | | Σουπιές σαλάτα | Φέτα | | Πεπόνι |

Ημέρα 6 (Θεματικό βασισμένο στη Πελοπόννησο)

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | | |
|----------------|-----------------|----------------------|---------------------|------------------|---------------|-----------------|
| Ρολό κοτόπουλο | Τηγανιά χοιρινή | Μπακαλιάρος τσιλαδιά | Γίγαντες με σπανάκι | Μελιτζάνες ψητές | Ρύζι λεμονάτο | Πατάτες γκρατίν |
|----------------|-----------------|----------------------|---------------------|------------------|---------------|-----------------|

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|------------|---------------------|----------|---------------|----------|
| Χωριάτικη | Μεσσηνιακή | Τυροκαυτερή/χούμους | Γραβιέρα | Πορτοκαλόπιτα | Γιαούρτι |
| | | Ελιές | Φέτα | | Καρπούζι |

Ημέρα 7 (Θεματικό βασισμένο στην Ήπειρο)

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | | |
|--------------------|------------------|--------------------|--------------|----------------------------|------------------------|-------------------|
| Κοντσούβλι χοιρινό | Κόκορας κρασάτος | Τσιπούρες γεμιστές | Μανιταρόπιτα | Χυλοπίτες με κρόκο Κοζάνης | Ντομάτα σάλτσα | Πατάτες τηγανιτές |
| | | | | Τραχανάς | Σος Μετσοβόνη καπνιστό | |

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|----------------|-------------------|-----------|------------|----------|
| Χωριάτικη | Ρεβίθια σαλάτα | Γαλοτύρι/γίγαντες | Γραβιέρα | Καρυδόπιτα | Γιαούρτι |
| | | Πιπεριές Φλωρίνης | Μετσοβόνη | | Ροδάκινα |

Ημέρα 8 (Θεματικό βασισμένο στην Αθήνα-αστική κουζίνα)

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | | |
|----------|----------|------------------------|-------------------------------------|------------------|-----------|-------------------|
| Κεφτέδες | Μουσακάς | Ψάρι ατμού λαδολέ μονο | Φασολάκια/κολοκυθάκια/αρακάς γιαχνί | Ρύζι με λαχανικά | ντομάτα | Πατάτες τηγανιτές |
| | | | | Σπαγγέτι | Μανιτάρια | |

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|----------------|----------|----------|----------------|----------|
| Χωριάτικη | Σαλάτα του σεφ | Αθηναϊκή | Γραβιέρα | Κρέμα καραμελέ | Γιαούρτι |
| | | Ρώσικη | Φέτα | | Καρπούζι |

Ημέρα 9 (Θεματικό βασισμένο στην Θεσσαλία και Μαγνησία)

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | | |
|----------------------|-----------|--------------|-------------------|-----------------|-------------|-------------------|
| Κοντσούβλι κοτόπουλο | Σπετσοφαί | Χταπόδι ψητό | Σαρδέλες γεμιστές | Σπανακοτυρόπιτα | Στριφτούδια | Πατάτες λεμονάτες |
|----------------------|-----------|--------------|-------------------|-----------------|-------------|-------------------|

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|--------------|-------------|--------|--------|----------|
| Χωριάτικη | Σπανάκι/ρόκα | τζατζίκι | Κασέρι | Χαλβάς | Γιαούρτι |
| | | Ντολμαδάκια | Φέτα | | Πεπόνι |

Ημέρα 10 (Θεματικό βασισμένο στην Αρχαία Ελλάδα)

Επιλογές Ζεστού Μπουφέ

| | | | | | |
|------------------|---------------------------------------|---|-----------------|--------------------|---------------|
| Σουβλάκι χοιρινό | Κοτόπουλο με πλιγούρι και ξερά φρούτα | Καλαμάρια γεμιστά με σπανάκι και μυρωδικά | Σουβλάκια ξιφία | Γίγαντες Λεμονάτοι | Πατάτες ατμού |
|------------------|---------------------------------------|---|-----------------|--------------------|---------------|

Επιλογές Κρύου Μπουφέ

| | | | | | |
|-----------|---------------|------------------|----------|-----------|----------|
| Χωριάτικη | Σαλάτα σιτάρι | Φάβα/τζατζίκι | Λαδοτύρι | Μήλα ψητά | Γιαούρτι |
| | | Γαύρος μαρινάτος | Φέτα | | Καρπούζι |