

Το μενού της ημιδιατροφής περιλαμβάνει:

Παρασκευή

- Σούπα λαχανικών
- Τυρόπιτα
- Σαλάτα εποχής
- Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες και σος πορτοκάλι ή Μακαρόνια με κυμά
- Γιαούρτι με γλυκό του κουταλιού
- Φρούτα

Σάββατο

- Χορτόπιτα
- Φέτα
- Σαλάτα δάσους
- Χοιρινό με δαμάσκηνα και άγριο ρύζι (ή καστανό) ή Μπιφτέκια με ρύζι
- Τσίζ κέικ με φρούτα (χωρίς λιπαρά και ζάχαρη)
- Φρούτα

Πρωινό θα περιέχει: φρούτα, χυμούς ,ψωμί, κέικ χωρίς ζάχαρη, γιαούρτι ελαφρύ, μούσλι, ταχίνι, ντόπιο μέλι, δημητριακά ολικής άλεσης, φρέσκο γάλα, αλλαντικά, λουκανικάκια και ομελέτα για όποιον θέλει.

Τα γεύματα θα απαρτίζονται από αγνές ύλες και ντόπια προϊόντα με τα λιγότερα λιπαρά και χωρίς υπερβολές , όλα γίνονται στο ξενοδοχείο όπως το ψωμί, οι παραδοσιακές πίτες και τα γλυκά του κουταλιού.