



## 57η ΔΙΑΝΟΜΗ

6 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2019

9.00 - 13.30

2<sup>ο</sup> ΓΥΜΝΑΣΙΟ - ΛΥΚΕΙΟ  
ΠΕΝΤΕΛΗΣ 90 & ΑΧΑΪΑΣ / ΧΑΛΑΝΔΡΙ  
ΧΩΡΟΣ ΣΤΑΘΜΕΥΣΗΣ ΑΠΟ ΠΕΝΤΕΛΗΣ

### ΑΓΟΡΕΣ ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟ-ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΑ

ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ:

10:00 - 13:00:	17:00- 20:00
210 6717990	215 5303429
210 6851450	210 6851450

## Μαζί να τα διαβάσουμε!

Την Κυριακή, φέρτε μαζί σας βιβλία (λογοτεχνικά, δοκίμια, παιδικά κ.λπ.) που έχετε στη βιβλιοθήκη σας σε καλή κατάσταση αλλά δεν χρειάζεστε πια και θα θέλατε να τα προσφέρετε. Στο χώρο της γραμματείας τα βιβλία αυτά θα είναι διαθέσιμα προς ανταλλαγή, είτε με άλλα βιβλία είτε με κάποιο τρόφιμο για το καλάθι αλληλεγγύης του Μαζί να τα Φάμε.

Σας περιμένουμε με χαρά!



ΑΓΟΡΑΣΕ ΚΑΤΙ ΓΙΑ ΚΑΠΟΙΟΝ  
ΠΟΥ ΤΟ ΕΧΕΙ ΑΝΑΓΚΗ  
ΔΕΝ ΞΕΧΝΑΜΕ!

Συγκεντρώνουμε Φάρμακα για το  
Κοινωνικό Ιατρείο Αλληλεγγύης Χαλανδρίου

	ΠΡΟΪΟΝ	ΤΙΜΗ ΜΟΝΑΔΑΣ	ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ	ΑΞΙΑ (€)	ΤΕΜ.
<b>ΑΛΕΥΡΙ - ΣΙΜΙΓΔΑΛΙ - ΠΛΗΓΟΥΡΙ</b>					
1	Αλεύρι άσπρο μαλακό / κίτρινο σταρένιο / ολικής άλεσης	0,7	5 kg	3,5	
2	Αλεύρι για τσουρέκι σούπερ	1	5 kg	5	
3	Καλαμποκάλευρο	1	2 kg	2	
4	Σιμιγδάλι ψιλό ή χοντρό	1	2 kg	2	
5	Πλιγούρι	1	2 kg	2	
<b>ΑΥΓΑ</b>					
6	Αυγά μεγάλα (63-73 γραμ)	0,134	30 τεμ.	4	
<b>ΓΛΥΚΑ</b>					
7	Χαλβάς βανίλια - σοκολάτα ΚΑΤΣΑΡΗΣ ΧΑΜΗΛΟΤΕΡΗ ΤΙΜΗ!!!	5,5	1 kg	5,5	
8	Χαλβάς αμυγδάλου ή κουβερτούρα υγείας ΚΑΤΣΑΡΗΣ	6,5	1 kg	6,5	
9	Κεράσματα AMALIA COOKIES ΧΑΜΗΛΟΤΕΡΗ ΤΙΜΗ!!	8,5	1 kg	8,5	
10	Κουλουράκια διάφορα AMALIA COOKIES ΧΑΜΗΛΟΤΕΡΗ ΤΙΜΗ!!!	5,5	1 kg	5,5	
11	Μαρμελάδες διάφορες	3	1 kg	3	
12	Γλυκά του κουταλιού	5	1 kg	5	
<b>ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ - ΕΛΙΕΣ</b>					
13	Ελαιόλαδο έξτρα παρθένο ποικιλία Κορωνέικη Μεσσηνίας	4	5 lt	20	
14	Ελιές μαύρες Καλαμών	3	2 kg	6	
15	Ελιές Αμφίσσης πράσινες	2,5	2 kg	5	
16	Ελιές Αμφίσσης μαύρες	2,5	2 kg	5	
17	Ελιές Αμφίσσης ζαρωμένες	3	1 kg	3	
<b>ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΒΕΝΕΤΗΣ</b>					
18	Χυλοπιτάκι / Χυλοπίτα απλή / λαχανικών	2,5	1 kg	2,5	
19	Κριθαραίκι / Στριφταδάκι απλό ή λαχανικών	2,5	1 kg	2,5	
20	Λαζάνι φαρδύ	2,5	1 kg	2,5	
21	Τραχανάς γλυκός / ξινός	2,5	1 kg	2,5	
<b>ΚΑΦΕΣ - ΣΟΚΟΛΑΤΑ</b>					
22	Καφές ελληνικός	11	0,5 kg	5,5	
23	Ρόφημα σοκολάτα	9,6	250 γρ.	2,4	
<b>ΚΡΑΣΙ - ΞΥΔΙ - ΤΣΙΠΟΥΡΟ - ΠΕΤΙΜΕΖΙ</b>					
24	Κρασί λευκό / ερυθρό / Ροζέ Νεμέας ΛΕΚΑΚΗΣ	1,3	1,5 lt	2	
25	Κρασί Αγιωργίτικο ημίγλυκο Νεμέας ΛΕΚΑΚΗΣ	1,6	1,5 lt	2,4	
26	Κρασί σε ασκό λευκό / ερυθρό / ροζέ ΛΕΚΑΚΗΣ	1,3	5 lt	6,7	
27	Κρασί ροζέ Καπανδριτίου	1,3	1,5 lt	2	
28	Κρασί ημίγλυκο Καπανδριτίου	1,6	1,5 lt	2,5	
29	Ξύδι κόκκινο Καπανδριτίου	1	1,5 lt	1,5	
30	Ξύδι βαλσαμικό* ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΤΟ 1L 4 ΕΥΡΩ*	6	250 γρ.	1,5	
31	Πετιμέζι Κορινθίας	4,3	0,7 kg	3	
<b>ΚΡΕΑΣ: ΛΟΥΚΑΝΙΚΑ / ΜΠΡΙΖΟΛΑΚΙΑ / ΣΟΥΒΛΑΚΙΑ</b>					
32	Λουκάνικο χοιρινό Πρεβ. με πράσο	4,9	1 kg	επί ζυγίω	
33	Λουκάνικο Πρεβέζης παραδοσιακό (μοσχάρι-χοιρινο)	5,4	1 kg	επί ζυγίω	
34	Σουβλάκια χοιρινά	5,5	1 kg	επί ζυγίω	
<b>ΜΕΛΙ</b>					
35	Μέλι θυμαρίσιο Σ. ΤΣΙΜΙΝΗΣ	12,5	800 γρ.	10	
36	Μέλι θυμάρη/πεύκο Σ. ΤΣΙΜΙΝΗΣ	8	800 γρ.	6,5	
37	Μέλι Κωνοφόρων & Ανθέων Ευρυτανίας Ι. ΜΠΑΛ.	6,5	=980 γρ.	7	
38	Μέλι Πεύκου Β. Εύβοιας Ι. ΜΠΑΛ.	6	=980 γρ.	6	
39	Μέλι Ανθέων Μεσολ. Ι. ΜΠΑΛ.	6	=980 γρ.	6	
40	Μέλι Πορτοκαλιάς Μεσολ. Ι. ΜΠΑΛ.	6	=980 γρ.	6	
41	Μέλι Καστανιάς Κ. ΠΟΛΥΖΩΗ	10	1 kg	10	

	ΠΡΟΪΟΝ	ΤΙΜΗ ΜΟΝΑΔΑΣ	ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ	ΑΞΙΑ (€)	ΤΕΜ.
<b>ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΝΤΟΜΑΤΑΣ / ΠΙΠΕΡΙΑΣ / ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ</b>					
42	Χυμός ντομάτας "ΗΛΙΟΓΕΝΝΗΜΑ"	3,2	720 ml	2,3	
43	Ντοματάκι βιολογικό ψιλοκομμένο σε χυμό "ΗΛΙΟΓΕΝΝΗΜΑ"	3,9	580 ml	2,3	
44	Πελτές ντομάτας βιολογικός "ΗΛΙΟΓΕΝΝΗΜΑ"	8,9	370 ml	3,3	
45	Σάλτσα ντομάτας βιολογική με βασιλικό "ΗΛΙΟΓΕΝΝΗΜΑ"	8,9	370 ml	3,3	
46	Σάλτσα πιπεριάς ΑΡΟΩ - ΟΙΚΟΤ. ΜΠΟΥΛΕΚΟΥ	8,3	360 ml	3	
<b>ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ - ΤΑΧΙΝΙ</b>					
47	Αμυγδαλόψιχα Ορεινής Κορινθίας	10	1 kg	10	
48	Καρυδόψιχα Ορεινής Κορινθίας	10	1 kg	10	
49	Φιστίκι αράπικο ψημένο με φλοιό ΧΑΜΗΛΟΤΕΡΗ ΤΙΜΗ!!!	3,5	1 kg	επί ζυγίω	
50	Φιστίκι αράπικο ψίχα ωμή	3,8	1 kg	επί ζυγίω	
51	Φιστίκι αράπικο ψίχα ψημένη με ή χωρίς αλάτι ΧΑΜΗΛΟΤΕΡΗ ΤΙΜΗ!!!	4	1 kg	επί ζυγίω	
52	Φιστίκια τύπου Αιγίνης	11	0.5 kg	5,5	
53	Φουντούκια ωμά ψίχα	11	1 Kg	επί ζυγίω	
54	Ταχίνι αποφλ. / ολικής άλεσης	7,2	700 ml	5	
<b>ΟΣΠΡΙΑ</b>					
55	Ρεβίθια Φενεού	2,5	2 kg	5	
56	Φάβα Φενεού ΠΟΠ	2,5	1 kg	2,5	
57	Φακές Φενεού	1,67	3 kg	5	
58	Φασόλια Βανίλιας Φενεού ΠΟΠ	2,5	2 kg	5	
59	Γίγαντες έγχρωμοι Φενεού	4	1,25 kg	5	
<b>ΠΑΞΙΜΑΔΙΑ</b>					
60	Ντακάκι ολικής άλεσης κρίθινο / σικάλεως		1,78 kg	6	
61	Ντακάκι λαδιού τύπου Κυθήρων ολικής άλεσης		1,67 kg	6	
<b>ΠΑΤΑΤΕΣ</b>					
62	Πατάτες Τριπόλεως Σπούντα ΣΥΜΦΕΡΟΥΣΑ ΤΙΜΗ!!!	0,45	10 kg	4,5	
<b>ΠΙΤΕΣ ΣΠΙΤΙΚΕΣ</b>					
63	Τυρόπιτα / χορτόπιτα / σπανακόπιτα	4	1,4 kg	5,5	
<b>ΡΥΖΙΑ ΑΝΘΗΛΗΣ</b>					
64	Νυχάκι (για όλες τις χρήσεις)	1	3 kg	3	
65	Γλασέ	1	3 kg	3	
66	Καρολίνα	1,2	3 kg	3,5	
67	Καστανό	1,2	3 kg	3,5	
68	Μπονέτ	1,2	3 kg	3,5	
<b>ΤΥΡΙΑ "ΑΜΑΡΑΝΤΟΣ" (Καλαμπάκα)</b>					
69	Φέτα 1 kg (vacuum)* ΣΥΜΦΕΡΟΥΣΑ ΤΙΜΗ!	5,5	1 kg	επί ζυγίω	
70	Φέτα 2 kg (σε άρμη)	6	1 kg	επί ζυγίω	
71	Γραβιέρα	9	1 kg	επί ζυγίω	
72	Κασέρι	9,3	1 kg	επί ζυγίω	
73	Γίδινο τυρί	7	1 kg	επί ζυγίω	
74	Μυζήθρα ξερή	6,5	1 kg	επί ζυγίω	
75	Γιαούρτι πρόβειο	3,5	1 kg	επί ζυγίω	
<b>ΦΡΟΥΤΑ ΦΡΕΣΚΑ &amp; ΑΠΟΞΗΡΑΜΕΝΑ</b>					
76	Μήλα Ορεινής Κορινθίας	0,8	5 kg	4	
77	Χυμός ρόδι βιολογικός	6	1 kg	6	
78	Σύκα ξερά Ευβοίας	5,9	1 kg	επί ζυγίω	
79	Σταφίδα σουλτανίνα Κορινθίας	4	1 kg	4	
80	Σταφίδα μαύρη Κορινθίας	4	1 kg	4	
81	Δαμάσκηνα / Cranberries / βερικόκα αποξηραμένα	8	1 kg	επί ζυγίω	

## ΕΠΟΜΕΝΗ ΔΙΑΝΟΜΗ

3 Νοεμβρίου 2019

2<sup>ο</sup> ΓΥΜΝΑΣΙΟ - ΛΥΚΕΙΟ

ΠΕΝΤΕΛΗΣ 90 & ΑΧΑΪΑΣ • ΧΑΛΑΝΔΡΙ  
ΧΩΡΟΣ ΣΤΑΘΜΕΥΣΗΣ ΑΠΟ ΠΕΝΤΕΛΗΣ

### Τελικά μαζί τα φάγαμε

Διανύουμε την 7η χρονιά του «Μαζί να τα Φάμε» στο Χαλάνδρι. Αυτή η ανεξάρτητη πρωτοβουλία που ξεκίνησε από ευαισθητοποιημένους αλληλέγγυους εθελοντές, στηρίχτηκε αδιαλείπτως από χιλιάδες συμπολίτες μας και δεκάδες παραγωγούς, έχει αφήσει ανεξίτηλο σημάδι με τις τσάντες αλληλεγγύης που μοιράζει σε δεκάδες αποδέκτες έπειτα από κάθε διανομή. Στους φιλόξενους χώρους των σχολείων της πόλης, οι Κυριακές αποκτούν άλλη διάσταση. Δεν οργανώνουμε παζάρια τροφίμων. Φέρνουμε σε επαφή παραγωγούς, που διαθέτουν ποιοτικά προϊόντα σε πολύ καλές τιμές, με πολίτες και με απώτερο σκοπό τη συγκέντρωση τροφίμων και ειδών πρώτης ανάγκης για οικογένειες, άνεργους και ανθρώπους κάθε ηλικίας που πλήττονται από την οικονομική κρίση. Είμαστε περήφανοι για την πόλη μας, διότι το δικαίωμα στην αξιοπρέπεια το υπερασπιστήκαμε και το υπερασπιζόμαστε με δυναμισμό, μαζικότητα και διάρκεια.

Σας ευχαριστούμε όλους για τη συμμετοχή σας σε αυτή τη μεγάλη προσπάθεια, ώστε το σύνθημα «κανένας μόνος του στην κρίση» να έχει νόημα και ουσία.

Συνεχίζουμε

	ΠΡΟΪΟΝ	ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ	ΑΞΙΑ (€)	ΤΕΜ.
<b>ΦΥΣΙΚΑ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΑ ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΑ ΒΙΟΜΕ</b>				
82	Υγρό απορρυπ. πλυντηρίου ρούχων	4 lt	5,5	
83	Μαλακτικό ρούχων	4 lt	4,5	
84	Κρεμοσάπουνο χεριών	1 lt	2,5	
85	Συμπυκν. υγρό πιάτων ECO	500 ml	1,7	
<b>ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΑ - ΧΑΡΤΙΚΑ LUMINO HELLAS</b>				
86	Σκόνη πλυντηρίου ρούχων (140 μεζούρες)	10 kg	12	
87	Μαλακτικό ρούχων	4 lt	2,5	
88	Καθαριστικό δαπέδων / υγρό τζαμιών / πιάτων	4 lt	2,5	
89	Κρεμοσάπουνο χεριών	4 lt	2,5	
90	Παπί καθαριστικό WC	750 ml	1	
91	Χαρτί κουζίνας JUMBO 600 γραμ.	1 τεμ.	1,5	
92	Χαρτί υγείας (8 τμχ. X 130 γραμ.)	1 συσκ.	3	