

Özel Karamürsel Beyaz Zambak ANAOKULU
2024 EKİM AYI YEMEK PROGRAMI

1.HAFTA	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ	KALORİ
30 Eyl 2024	Sade poğaçça, zeytin, reçel, mevsim yeşillikleri, ıhlamur	Süzme mercimek çorba,tavuk şinitzel, fırında patates, meyve suyu	Mantar kurabiye,bitki çayı	1001
1 Eki 2024	Haşlanmış yumurta, zeytin, tahin, pekmez, mevsim yeşillikleri, bitki çayı	Yaz türlü, sade makarna, yoğurt	Kakaolu supangle	895
2 Eki 2024	Tereyağlı yumurta, beyaz peynir, bal, zeytin, mevsim yeşillikleri, süt	Sulu Köfte, pirinç pilavı, limonata	Mevsim meyve, ceviz	870
3 Eki 2024	Fırında patates, peynir, reçel, zeytin, yeşillik, meyve suyu	Domates çorba, mantı (yoğurtlu), mevsim meyve	Muhallebi	1097
4 Eki 2024	Tarhana Çorba, ktır ekmek, bal, peynir, zeytin, bitki çayı	Etlı Kuru fasulye ,bulgur pilav, ayran	Kaşarlı mini sandeviç, bitki çayı	1052
2.HAFTA	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ	KALORİ
7 Eki 2024	Menemen, peynir, zeytin, reçel, ıhlamur, mevsim yeşillikleri,	Tavuk sote, şehriyeli pirinç pilav, limonata	Tam tahıllı galeta, yoğurt	906
8 Eki 2024	Kaşarlı tost, mevsim yeşillikleri, bal, zeytin, bitki çayı	Fırında patatesli, havuçlu, patlıcanlı sebze yemeği, soslu makarna, yoğurt	Tuzlu kurabiye, bitki çayı	973
9 Eki 2024	Haşlanmış yumurta, peynir, tahin-pekmez, zeytin, meyve suyu, mevsim yeşillikleri	patlıcan musakka, Bulgur Pilavı, yoğurt	Havuçlu kek, meyve suyu	1200
10 Eki 2024	Krep, peynir, zeytin, reçel, mevsim yeşillikleri, bitki çayı	Tavuk çorbası, tepsi böreği, limonata	Mevsim meyve, badem-ceviz	1006
11 Eki 2024	Domates çorba, ktır ekmek, mevsim yeşillikleri, peynir, zeytin, bitki çayı	Etlı nohut yemeği, sade erişte, turşu	Peynirli pide, bitki çayı	952
3. HAFTA	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ	KALORİ
14 Eki 2024	Simit, peynir, zeytin, tahin-pekmez, ıhlamur, mevsim yeşillikleri,	Fırında patatesli tavuk, sade makarna, mevsim salata	Tarçınlı kurabiye, limonata	1032
15 Eki 2024	Sebzeli omlet, mevsim yeşillikleri, bal, beyaz peynir, zeytin, süt	Sebzeli mantar yemeği, peynirli ya da patatesli börek, ayran	Kakaolu muffin, bitki çayı	1089
16 Eki 2024	Pankek, peynir, reçel, zeytin, meyve suyu, mevsim yeşillikleri	Tavuk döner, pirinç pilavı, meyve suyu	Mevsim meyve, yoğurt	913
17 Eki 2024	Beyaz peynirli sandviç zeytin, reçel, mevsim yeşillikleri, bitki çayı	Domates çorba, patatesli gözleme, ayran	Tavuk göğsü	1094
18 Eki 2024	Şehriye Çorba, ktır ekmek, mevsim yeşillikleri, peynir, zeytin, bitki çayı	Etlı Kuru fasulye, bulgur pilavı, cacık	Cevizli kek, bitki çayı	1003
4.HAFTA	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ	KALORİ
21 Eki 2024	Peynirli omlet, zeytin, bal, ıhlamur, domates, salata	Tavuk kuşbaşı, pirinç pilavı, meyve suyu	Un kurabiye, süt	890
22 Eki 2024	Krep, tahin-pekmez, zeytin, beyaz peynir, süt, domates, salata	Zeytin yağlı kabak, sade makarna, yoğurt	Peynirli poğaçça, bitki çayı	1101
23 Eki 2024	Fırında patates, peynir, zeytin, reçel, zeytin, limonata, domates salata	Sulu köfte, erişte, limonata	Muhallebi	1057
24 Eki 2024	Yumurtalı ekmek, burgulu peynir, zeytin, bal domates salata, ıhlamur	Şehriyeli çorba, peynirli pide, ayran	Mevsim meyve, yoğurt	1043
25 Eki 2024	Terbiyeli tavuk suyu çorba, ktır ekmek, mevsim yeşillikleri, Peynir, Zeytin, Bitki	Kıymalı yeşil mercimek, bulgur pilavı, turşu	İncir dolması, bitki çayı	783
5.HAFTA	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ	KALORİ
28 Eki 2024	Menemen, beyaz peynir, zeytin, Mevsim yeşillikleri, reçel , bitki çayı	Fırında patatesli tavuk, Pirinç pilavı, Mevsim salata	Mevsim meyve, Yoğurt	866
29 Eki 2024	Fırında patates, peynir, Zeytin, tahin-pekmez Mevsim Yeşilliği, ıhlamur	Kış Türüsü, Soslu makarna, Ayran	Kaşarlı Kanep, bitki çayı	901
30 Eki 2024	Elif böreği, bal, Zeytin, Mevsim Yeşillik, meyve suyu	Şehriye Çorba, Hasanpaşa köfte (pürelı), Ayran	Ceviz, Badem, Mevsim meyve	959
31 Eki 2024	Haşlanmış yumurta, Fındık ezmesi, zeytin, peynir, yeşillik, ıhlamur	Şafak Çorba, Karışık Pide, Limonata	Tam Tahıllı Galeta, Yoğurt	893
1 Kas 2024	Tarhana çorba, ktır ekmek, mevsim yeşillikleri, Peynir, Zeytin, Bitki çayı	Etlı nohut yemeği , Pirinç Pilav, Cacık	Sütlaç	893

