

**Özel Karamürsel Beyaz Zambak ANAOKULU
2025 ŞUBAT AYI YEMEK PROGRAMI**

1.HAFTA	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ	KALORİ
3 Şub 2025	Haşlanmış yumurta, peynir, zeytin, reçel, ıhlamur, mevsim yeşillikleri,	Fırında tavuk, şehriyeli pirinç pilav,ayran	Mozaik pasta, elma kompostosu suyu	819
4 Şub 2025	Fırında patates, mevsim yeşillikleri, bal, zeytin, peynir, süt	Zeytin yağlı ıspanak yemeği, soslu makarna, mandalina	Tuzlu kurabiye, bitki çayı	864
5 Şub 2025	Krep, peynir, tahin-pekmez, zeytin, meyve suyu, mevsim yeşillikleri	İzmir köfte,tereyağlı kuskus, yoğurt	Havuç dilimleri, ceviz	889
6 Şub 2025	Tereyağlı omelet, peynir, zeytin, reçel, mevsim yeşillikleri, bitki çayı	Mercimek çorba, karışık pide, limonata	Mevsim meyve, yoğurt	866
7 Şub 2025	Tarhana çorba, ktır ekmek, mevsim yeşillikleri, peynir, zeytin, bitki çayı	Etili nohut, sade erişte, turşu	Havuçlu cevizli kek meyve Suyu	858
2.HAFTA	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ	
10 Şub 2025	Peynirli omelet, zeytin, bal, mevsim yeşillikleri, Çay	Pilav üstü Tavuk , Ayran; havuç tarator	Elmalı kurabiye, bitki çayı	951
11 Şub 2025	Beyaz peynirli sandviç,zeytin,reçel,mevsim yeşillikleri, bitki çayı	Tarhana çorba, zeytinyağlı lahana dolma, yoğurt	Kaşarlı kanape, meyve suyu	860
12 Şub 2025	Haşlanmış patates, mevsim yeşillikleri, beyaz peynir, tahin-pekmez, zeytin, meyve suyu	Kuru fasulye,Pilav , Turşu, hoşaf	Mevsim meyve, yoğurt	828
13 Şub 2025	Haşlanmış yumurta,tereyağ, bal, peynir, zeytin, mevsim yeşillikleri, süt	Tel şehriye çorba, mantı (yoğurtlu), mevsim meyve	Muhallebi	1073
14 Şub 2025	Mercimek çorba, ktır ekmek, mevsim yeşillikleri, peynir, zeytin, bitki çayı	Kıymalı yeşil mercimek, pilav,turşu	Peynirli pide, bitki çayı	845
3.HAFTA	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ	
17 Şub 2025	Simit, peynir, zeytin, mevsim yeşillikleri, reçel, bitki çayı	Tavuk sote, bulgur pilavı, ayran	Kakaolu muffin, bitki çayı	897
18 Şub 2025	Sebzeli omelet, zeytin, peynir, mevsim yeşilliği, bal, süt	Yayla çorbasi, pırasalı gözleme, hoşaf	Ceviz, mevsim meyvesi	954
19 Şub 2025	İstanbul sefası, reçel, peynir, zeytin, mevsim yeşillik, bitki çayı	Zeytinyağlı Pırasa, Soslu Çubuk makarna, ayran	Tarçınlı kurabiye, meyve suyu	963
20 Şub 2025	Pankek, fındık ezmesi, zeytin, peynir, yeşillik, meyve suyu	Ezogelin çorba, pizza, limonata	Mevsim meyve, yoğurt	941
21 Şub 2025	Şafak Çorbasi, ktır ekmek, zeytin, kaşar peynir, bitki çayı	Etili kuru fasulye, bulgur pilavı, turşu	Peynirli poğaç, bitki çayı	868
4.HAFTA	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ	
24 Şub 2025	Haşlanmış yumurta, peynir, zeytin, reçel, mevsim yeşillikleri, ıhlamur	Tavuk şinitzel, fırında patates, ayran	Mevsim meyve, yoğurt	806
25 Şub 2025	Parmak böreği, zeytin,tahin, pekmez, mevsim yeşillikleri, bitki çayı	Zeytinyağlı kış türüsü, bulgur pilavı, turşu	Tuzlu kurabiye, limonata	880
26 Şub 2025	Fırında patates,tereyağ, bal, peynir, zeytin, mevsim yeşillikleri, süt	Süzme mercimek çorba, fırında sulu Köfte, tahin helva	Mevsim meyve, ceviz	843
27 Şub 2025	Tereyağlı omelet, peynir, reçel, zeytin, yeşillik, meyve suyu	Sebze Çorba, bohça böreği, elma kompostosu	Muhallebi	1030
28 Şub 2025	Fırında patates, mevsim yeşillikleri, bal, zeytin, peynir, ıhlamur çayı	Zeytin yağlı ıspanak yemeği, soslu makarna, mandalina	Tuzlu kurabiye, bitki çayı	864



ET ÜRÜNLERİMİZ;AKDENİZ TOROS ÜRÜNLERİ KULLANILMAKTADIR.

Bu program Çocuk Beslenme Uzmanı (UZMAN DİYETİSYEN) tarafından hazırlanmaktadır.



DİYETİSYEN ZEYNEP BOZAT