

EKİM 2021 YEMEK MENÜSÜ

1. HAFTA																	2. HAFTA																	3. HAFTA																	4. HAFTA																																																																																																																																																												
GÜNLER	KAHVALTI																	ÖĞLE YEMEĞİ																	İKİNDİ																	KAHVALTI																	ÖĞLE YEMEĞİ																	İKİNDİ																																																																																																																									
PAZARTESİ	Peynirli Omlet 143 kkal Zeytin 52 kkal Meyve 85 kkal Domates, Salatalık 1hlamur Çayı																	Domates Çorbası 161 kkal Mantı 318 kkal Havuç Salatası 72 kkal İrmik Helvası 290 kkal																	Kakaolu Ev Yapımı Kek 159 kkal Sade Süt 114 kkal																	Haş. Yumurta 72 kkal Kaşar Peynir 121 kkal Zeytin 52 kkal K. Fındık Kreması 82 Kkal Meyve 85 kkal Sade Süt 114 kkal Domates, Salatalık																	Düğün Çorbası 122 kkal Kuru Fasulye 259 kkal Pirinç Pilavı 326 kkal Çoban Salata 61 kkal Karışık Turşu 22 kkal																	Meyve 85 kkal Sade Süt 114 kkal																	Haş. Yumurta 72 kkal Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Bal 60 Kkal Tereyağ 108 kkal Domates, Salatalık 1hlamur Çayı																	Toyya Çorbası 295 kkal Nohut 242 kkal Pirinç Pilavı 326 kkal Yoğurt 114 Kkal Supangle 177 kkal																	Fırın Mücver 181 kkal Kuşburnu Çayı																	Menemen 150 kkal Zeytin 52 kkal Kaşar Peynir 121 kkal Meyve 85 Kkal Domates, Salatalık 1Kuşburnu Çayı																	Ezogelin Çorbası 158 kkal Tavuk Döner 149 kkal Pirinç Pilavı 326 kkal Ayran 75 kkal Kabak Tatlısı 191 kkal																	Meyve Salatası 85 kkal																			
	SALI	Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Ispanaklı Börek 163 kkal Sade Süt 114 kkal Domates, Salatalık 1Çay																	Kremalı Mantar Çorbası 134 kkal Kuru Fasulye 259 kkal Pirinç Pilavı 326 kkal Göbek salata 46 kkal Cacık 65 kkal																	Meyve 85 kkal Sade Yoğurt 57 kkal																	Peynirli Börek 247 kkal Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Vişne Reçeli 64 Kkal Domates, Salatalık 1Kuşburnu Çayı																	Tel Şehriye Çorbası 115 kkal Etlİ Turtlu 238 kkal Fırın Makarna 505 kkal Göbek salata 46 Kkal Supangle 177 kkal																	Üzümlü Kek 161 kkal 1hlamur Çayı																	Sürülebilir Peynir 60 kkal Zeytin 52 kkal Simit 170 kkal Çilek Reçeli 64 Kkal Sade Süt 114 kkal Domates, Salatalık																	Sebze Çorbası 89 kkal Pürelİ RostO Köfte 457 kkal Havuç Salatası 144 kkal Elma Kompostosu 170 Kkal																	Meyve Salatası 85 kkal																	Sakallı PoğaçA 252 kkal Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Çilek Reçeli 64 kkal Sade Süt 114 kkal Domates, Salatalık 1Çay																	Kremalı Mantar Çorbası 134 kkal Tas Kebabı 348 kkal Sade Makarna 295 Kkal Göbek Salata 46 kkal Meyve 85 kkal																	Sade Kek 152 kkal Sade Süt 114 kkal																		
		ÇARŞAMBA	Menemen 150 kkal Zeytin 52 kkal Kaşar Peynir 121 kkal Vişne Reçeli 64 kkal Domates, Salatalık 1Kuşburnu Çayı																	Ezogelin Çorba 150 kkal Kıymalı Biber Dolması 52 kkal Yoğurt 121 kkal Elma Kompostosu 64 kkal Karışık Salata 61 kkal																	Sosisli Milföy Böreğİ 190 kkal Ayran 75 kkal																	Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Acıma 282 kkal Çilek Reçeli 64 kkal Domates, Salatalık 1Çay																	Sebze Çorbası 89 kkal Patates ve Kuru Köfte 391 kkal Bulgur Pilavı 210 kkal Yoğurt 57 Kkal																	Ev Yap. Meyveli Yoğurt 140 kkal 1hlamur Çayı																	Peynirli Omlet 143 kkal Zeytin 52 kkal Meyve 85 kkal Domates, Salatalık 1Kuşburnu Çayı																	Mercimek Çorbası 140 kkal Etlİ Taze Fasulye 206 kkal Fırın Makarna 505 Kkal Cacık 65 kkal Meyve 85 kkal																	Havuçlu Kek 174 kkal Sade Süt 114 kkal																	Haş. Yumurta 72 kkal Kaşar Peynir 121 kkal Zeytin 52 kkal Bal 60 Kkal Tereyağ 108 kkal Domates, Salatalık 1hlamur Çayı																	Domates Çorbası 161 kkal Tavuk Kroket 273 kkal Fırın Patates 121 kkal Ayran 75 kkal Kuru Üzüm Hoşafı 89 kkal																	Sosisli Milföy Böreğİ 190 kkal Ayran 75 kkal																	
			PERŞEMBE	Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Peynirli PoğaçA 225 kkal Çilek Reçeli 64 kkal Sade Süt 114 kkal Domates, Salatalık 1Çay																	Köylü Çorba 158 kkal Pürelİ Tavuk Sote 292 kkal Mor Lahana Salatası 58 kkal Ayran 75 kkal Supangle 177 kkal																	Fırın Sütlaç 156 kkal																	Havuçlu Yumurta 138 kkal Zeytin 52 kkal Bal 60 kkal Tereyağ 108 kkal Domates, Salatalık 1hlamur Çayı																	Şafak Çorbası 140 kkal Körilİ Tavuk 222 kkal Pirinç Pilavı 326 kkal Göbek Salata 46 Kkal Kemalpaşa Tatlısı 151 Kkal																	Ispanaklı Mini Börek 163 kkal Meyve Suyu 110 kkal																	Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Zeytinli PoğaçA 298 kkal Vişne Reçeli 64 kkal Sade Süt 114 kkal Domates, Salatalık																	Tarhana Çorbası 121 kkal Kabak Oğraten 281 kkal Bulgur Pilavı 291 Kkal Yoğur 57 kkal Göbek Salata 46 kkal																	Havuç Salata Çubukları 68 kkal Tam Tahıllı Galeta 57 kkal																	Yumurtalı Ekmek 86 kkal Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Sade Süt 114 Kkal Meyve 85 kkal Domates, Salatalık 1Çay																	Yayla Çorbası 133 kkal Zeytinyağlı T. Fasulye 154 kkal Peynirli Makarna 354 kkal Mor Lahana Salatası 58 kkal İrmik Helvası 290 kkal																	Fırın Sütlaç 156 kkal																
				CUMA	Haş. Yumurta 72 kkal Zeytin 52 kkal Bal 60 kkal Tereyağ 108 kkal Meyve 85 kkal Domates, Salatalık 1Çay																	Tarhana Çorbası 121 kkal Kabak Kalye 248 kkal Peynirli Makarna 354 kkal Yoğurt 57 kkal Elma Kompostosu 70 kkal																	Fırın Mücver 181 kkal Ayran 75 kkal																	Yumurtalı Ekmek 86 kkal Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Sade Süt 114 kkal Meyve 85 kkal Domates, Salatalık 1Çay																	Brokoli Çorbası 78 kkal Karniyarik 270 kkal Zeytin 52 kkal Sade Süt 114 kkal Cacık 65 Kkal Mor Lahana Salatası 58 Kkal																	Supangle 177 kkal																	Menemen 150 kkal Zeytin 52 kkal Kaşar Peynir 121 kkal Meyve 85 kkal Domates, Salatalık 1Kuşburnu Çayı																	Tutmaç Çorbası 159 kkal Fırında Bağet 231 kkal İç Plav 341 Kkal Göbek Salata 46 kkal Ayran 75 kkal																	Un Kurabiyesi 134 kkal 1hlamur																	Beyaz Peynir 87 kkal Zeytin 52 kkal Simit 170 kkal K. Fındık Kreması 82 Kkal Sade Süt 114 kkal Domates, Salatalık 1Çay																	Brokoli Çorbası 78 kkal İzmir Köfte 343 kkal Bulgur Pilavı 291 Kkal Yoğurt 57 kkal Göbek Salata 45 kkal																	Meyve 85 kkal Sade Süt 114 kkal															

*Menü **4-29 EKİM** tarihlerlerini kapsamaktadır. *İkinci yemeği sadece **ANASINIFI** ve **İLKOKUL** kademeleri için geçerlidir.