



ÖZEL GÜNEBAKAN ANAOKULU - 2019 YILI MART AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	SABAH	OGLE	İKİNDİ
1.03.2019	Tahin-Pekmez,Zeytin Çeşidi ,Rezene Çayı	Kıymalı Nohut,Pirinç Pilavı, Turşu	Havuçlu Kek, Çay
01-02.03.2019	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR
4.03.2019	Zeytin Çeşidi,K.Peyniri,Adaçayı	Kıy.Portakallı Karnıbahar,Mercimekli Bulgur Pilavı,Komposto	Karışık Meyve,Yoğurt
5.03.2019	Tereyağ/Bal,Peynir,Ihlamur	Hindi Sote,Kuskus Pilavı,Ayran	Haşlanmış Patates, Peynir
6.03.2019	Haşlanmış Yumurta,Reçel,Kuşburnu Çayı	Yarmalı Yoğurt Çorba,Kıymalı Kereviz,Tatlı	Karışık Meyve,Galeta
7.03.2019	Fırında Peynirli -Sebzeli Ekmek,Havuç, Çay	Sulu Köfte, Z.Yağlı Yer Elması-Brokoli, Meyve	Kısır, Marul
8.03.2019	Zeytin Çeşidi,B.Peynir,Adaçayı	Terbiyeli Soğan Çorba,Tavuklu Bezelyeli Pilav, Gökkuşluğu Salata	Karışık Kanep,Süt
09-10.03.2019	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR
11.03.2019	Tahin Pekmez,Zeytin Çeşidi,Papatya Çayı	Kıymalı Yeşil Mercimek, Şehriye Pilavı, Y.Salata	Karışık Meyve, Yoğurt
12.03.2019	Patatesli,Mayd.Omlet,Reçel,Rezene Çayı	Tarhana Çorba,Kıymalı Yaprak Sarma,Yoğurt	P.Mısır,Leblebi,K.Üzüm,İncir
13.03.2019	Fırında Sucuklu,Kaşarlı Ekmek,Havuç,Ada Çayı	Yumurtalı Ispanak, Bulgur Pilav,Komposto	Peynirli Rulo Börek,Ayran
14.03.2019	Tereyağı-Bal, Peynir Çeşidi, Kuşburnu Çayı	Kıymalı Pırasa,Peynirli Makarna, Havuç-Turp Salatası	Havuçlu Mozaik
15.03.2019	Haşlanmış Yumurta,Reçel,Ihlamur	Kıymalı K.Fasulye,P.Pilavı,Gökkuşluğu Salatası/Okul Turşusu	Karışık Meyve,Gofret
16-17.03.2019	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR
18.03.2019	Tahin Pekmez,Zeytin Çeşidi,Papatya Çayı	Domates Çorba, Mercimekli Tepsi Böreği ,Meyve	Haşlanmış Patates, Peynir
19.03.2019	Tereyağlı Yumurta,Reçel,Kuşburnu Çayı	Krema.Tav.Suyu Çorb,Tav.Mant.Bulgur Plavı.Y.Salata	Tırtıl Kurabiye,Süt
20.03.2019	Fırında Peynirli -Sebzeli Ekmek,Havuç,Çay	Mantı, Z.Y. Brokoli-Karnabahar,Tatlı	KarışıkMeyve,Yoğurt
21.03.2019	Haşlanmış Yumurta,Zeytin, Limonata	Kıymalı Kuru Fasulye, P.Pilavı,Meyve	Peynirli, Salçalı, Sarımsaklı Ekmek, Limonata
22.03.2019	Simit B.Peynir,Zeytin,Ihlamur	Yıldız Çorba,Fırın Köfte- Patates,Havuç-Turp Salata	Kakaolu Kek,
23-24.03.2019	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR
25.03.2019	Tahin-Pekmez,Zeytin,Papatya Çayı	Kıymalı Pazı, Patates Kavurma, Ayran	Karışık Kanep,Süt
26.03.2019	Patataesli Omlet,Reçel,Rezene Çayı	TavukDöner,Mercimekli Bulgur Pilavı,Komposto	Fırında Peynirli Sebzeli Ekmek,Çay
27.03.2019	Tereyağı-Bal,Peynir,Rezene Çayı	KıymalıNohut,Pirinç Pilavı, Y.Salata,Okul Turşusu	Peynirli rulo Börek,Limonata
28.03.2019	Haşlanmış Yumurta,Zeytin,Kuşburnu Çayı	K. Mercimek Çorba,Lahana Sarma-Yoğurt,Tatlı	Karışık Meyve,Bisküvi
29.03.2019	Fırında Sucuklu,Kaşarlı Ekmek,Havuç,Ada Çayı	Sulu Köfte, Lazanya,Gökkuşluğu Salata	Kek, Süt

Not: Yemeklerimizde salam- sosis kullanılmamakta-kızartmalarımız fırında yapılmaktadır.Çorba- kemik suyu- yoğurt- reçel- tatlı okulumuzda hazırlanmaktadır.Komposto- çay- kek- kurabiye ve tatlılarda şeker minimum kullanılmaktadır.

ÜMİT AKAT
DİYETİSYEN

S.ÜMİT AVCIOĞLU
OKUL MÜDÜRÜ