



2.SINIFLAR KASIM AYI YEMEK VE BESLENME LİSTESİ

		01 Kasım 2017 Çarşamba	02 Kasım 2017 Perşembe	03 Kasım 2017 Cuma
		1.BESLENME Beyaz Peynir Salatalık Ekmek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> TARHANA ÇORBA TAVUK FAJİTA SOSLU SPAGETTI AYRAN Kalori: 1200 <u>ETÜT BESLENME</u> Kakaolu Kek Süt	1.BESLENME Poğaça Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> MERCİMEK ÇORBA ETLİ BAMYA ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI MEYVE Kalori: 1250 <u>ETÜT BESLENME</u> Poğaça Süt	1.BESLENME Kaşar Peynir Patates Kızartma Ekmek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> PATATES ÇORBA KAYSERİ MANTISI KISIR CEVİZLİ BAKLAVA Kalori: 1220 <u>ETÜT BESLENME</u> Kurabiye Süt
06 Kasım 2017 Pazartesi	07 Kasım 2017 Salı	08 Kasım 2017 Çarşamba	09 Kasım 2017 Perşembe	10 Kasım 2017 Cuma
1.BESLENME Peynirli Poğaça Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> YAYLA ÇORBA PÜRELİ KADIN BUDU KÖFTE PEYNİRLİ ERİŞTE ÇİKOLATALI PUDİNG Kalori: 1280 <u>ETÜT BESLENME</u> Peynirli Börek Süt	1.BESLENME Meyveli Kek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> EZOGELİN ÇORBA BEŞAMEL SOSLU KARNİBAHAR PEYNİRLİ BÖREK MEYVE Kalori: 1230 <u>ETÜT BESLENME</u> Poğaça Süt	1.BESLENME Poğaça Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> DOMATES ÇORBA GARN.TAVUK BUT DOMATESLİ BULGUR PİLAVI AYRAN Kalori: 1220 <u>ETÜT BESLENME</u> Meyveli Kek Süt	1.BESLENME Peynirli poğaça süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> LEBENİ ÇORBA MANTARLI ET SOTE MELEK PİLAVI YOĞURT Kalori: 1280 <u>ETÜT BESLENME</u> Peynirli Poğaça Süt	1.BESLENME Peynirli Börek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> SARAY ÇORBA GARN. HAMBURGER SOSLU MAKARNA MEYVE SUYU Kalori: 1240 <u>ETÜT BESLENME</u> Peynirli Börek Süt
13 Kasım 2017 Pazartesi	14 Kasım 2017 Salı	15 Kasım 2017 Çarşamba	16 Kasım 2017 Perşembe	17 Kasım 2017 Cuma
1.BESLENME Peynirli Börek Salatalık Ekmek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> TARHANA ÇORBA İZMİR KÖFTE ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI SÜTLAÇ Kalori: 1250 <u>ETÜT BESLENME</u> Kurabiye Süt	1.BESLENME Havuçlu Kek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> YEŞİL MERCİMEK ÇORBA ETLİ BİBER DOLMA PATATESLİ KOL BÖREĞİ YOĞURT Kalori: 1230 <u>ETÜT BESLENME</u> Poğaça Süt	1.BESLENME Poğaça Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> MERCİMEK ÇORBA GARN.ŞİNİTZEL SOSLU SPAGETTI MEYVE SUYU Kalori: 1250 <u>ETÜT BESLENME</u> Havuçlu Kek Süt	1.BESLENME Poğaça süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> DÜĞÜN ÇORBASİ ŞEHRİYELİ GÜVEÇ ELMA DİLİM PATATES AYRAN Kalori: 1230 <u>ETÜT BESLENME</u> Poğaça Sü	1.BESLENME Kaşar Peynir Patates Kızartma Ekmek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> ŞEHRİYE ÇORBA PILAV ÜSTÜ TAVUK DÖNER MEVSİM SALATA MEYVE Kalori: 1800 <u>ETÜT BESLENME</u> Browni Süt
20 Kasım 2017 Pazartesi	21 Kasım 2017 Salı	22 Kasım 2017 Çarşamba	23 Kasım 2017 Perşembe	24 Kasım 2017 Cuma
1.BESLENME Beyaz Peynir Domates Ekmek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> DOMATES ÇORBA ÇİFTLİK KÖFTE YOĞURTLU MAKARNA TULUMBA TATLISI Kalori:1250 <u>ETÜT BESLENME</u> Kurabiye Süt	1.BESLENME Kakaolu Kek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> SEBZE ÇORBA ETLİ KURU FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI KARIŞIK TURŞU Kalori: 1280 <u>ETÜT BESLENME</u> Peynirli Börek Süt	1.BESLENME Peynirli Börek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> MANTAR ÇORBA GARN.İZGARA TAVUK NOHUTLU BULGUR PİLAVI AYRAN Kalori: 1280 <u>ETÜT BESLENME</u> Kakaolu Kek Süt	1.BESLENME Poğaça Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> MERCİMEK ÇORBA FİRİN BALIK BARBUNYA PİLAKI TAHİN HELVASI Kalori: 1280 <u>ETÜT BESLENME</u> Poğaça Süt	1.BESLENME Kaşar Peynir Patates Kızartma Ekmek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> ŞEHRİYE ÇORBA KIYMALI PİDE MEVSİM SALATA AYRAN Kalori: 1300 <u>ETÜT BESLENME</u> Kurabiye Süt
27 Kasım 2017 Pazartesi	28 Kasım 2017 Salı	29 Kasım 2017 Çarşamba	30 Kasım 2017 Perşembe	
1.BESLENME Peynirli Poğaça Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> SEBZE ÇORBA GARN.İZGARA KÖFTE SOSLU MAKARNA MEYVE Kalori: 1230 <u>ETÜT BESLENME</u> Peynirli poğaça Süt	1.BESLENME Meyveli Kek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> KÖYLÜM ÇORBA TAS KEBAP ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI KARIŞIK TURŞU Kalori: 1250 <u>ETÜT BESLENME</u> Peynirli Börek Süt	1.BESLENME Poğaça Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> YAYLA ÇORBA TAVUK SOTE DOM.BULGUR PİLAVI ÇİLEKLİ PUDİNG Kalori:1300 <u>ETÜT BESLENME</u> Meyveli Kek Süt	1.BESLENME Peynirli Börek Süt <u>ÖĞLE YEMEĞİ</u> TARHANA ÇORBA NOHUT PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT Kalori: 1280 <u>ETÜT BESLENME</u> Poğaça Süt	

* Yemekler hijyen kurallarına uygun ortam ve araç-gereçlerle Evrensel Okulları Mutfağında yapılmaktadır.

* Kullanılan gıda ürünleri Türk Gıda Kodeksi, Türk Standartları Enstitüsü kalite belgelerine sahip kaliteli ürünlerden satın alınmaktadır.

* Pişirilen yemeklerden numuneler alınarak 72 saat bekletilmektedir.

* Hazırlanan yemek menülerinde mevsimine uygun sebze ve meyve tercih edilmektedir.