

    ÖZEL GÜNEBAKAN ANAOKULU - 2020 YILI TEMMUZ AYI YEMEK LİSTESİ      			
TARİH	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ
1.07.2020	Omlet, Zeytin Çeşidi, Salatalık, Limonata	Kıymalı Taze Fasulye, Melekli Piring Pilavı, Cacık	Karışık Meyve, Galette
2.07.2020	Tereyağı, Erik Marmelatı, B.Peynir, Domates, Y. Çay	Sebze Çorba, Kıymalı Salçalı Makarna, Meyve	Kek, Limonata
3.07.2020	H.Yumurta, Zeytin Çeşidi, Salatalık, Papatya Çayı	Yaz Türlüsü, Nohutlu Bulgur Pilavı, Yoğurt	Karışık Meyve Bisküvi
04-05.07.2020	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR
6.07.2020	Fırında Peynirli, Sebzeli Ekmek, Salatalık, Ihlamur	Menemen, Peynirli Makarna, Komposto	Haşlanmış Mısır
7.07.2020	Zeytin Çeşidi, Kaşar Peyniri, Domates, Çay	Kıymalı Nohut, Piring Pilavı, Çoban Salata	Kısır, Marul
8.07.2020	H.Yumurta, Reçel, Havuç, Limonata	Karnıyarık, Bulgur Pilavı, Tatlı	Karışık Meyve, Galette
9.07.2020	Pişi, Peynir, Salatalık, Adaçayı	Sebze Çorba, Ankara Tava, Cacık	Havuçlu Kek, Limonata
10.07.2020	Tereyağı-Reçel, Zeytin, Kuşburnu	Fırın Köfte, Patates Kavurma Domates-Salatalık Söğüş	Haşhaşlı Çörek, Ayran
11-12.07.2020	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR
13.07.2020	Omlet, Reçel, Rezene Çayı	Kabak Oturtma, Şehriyeli Piring Pilavı, Yeşil Salata	Peynirli Salçalı Cevizli Ekmek
14.07.2020	Haşlanmış Yumurta, Zeytin, Salatalık, Limonata	Soğan Çorba, Kıymalı- Peynirli Pide, Karpuz	Mercimek Köfte - Marul
15.07.2020	RESMİ TATİL	RESMİ TATİL	RESMİ TATİL
16.07.2020	Omlet, Çilek Reçeli, Ihlamur	Köfte/F Patates, Sebze Sote, Meyve	Makarna Salatası
17.07.2020	Tahin Pekmez, Zeytin, Marul, Kuşburnu	Tavuklu Bulgur Pilavı, Mücver, Cacık	Üzümlü Kek, Çay
18-19.07.2020	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR
20.07.2020	Karışık Tost, Domates, Rezene Çayı	Beşamel Soslu Tavuk, Sebze Sote, Tatlı	Karışık Meyve-Yoğurt
21.07.2020	Fırında Sebzeli Peynirli Ekmek, Salatalık Papatya Çayı	Domates Çorba, Etli Karışık Dolma, Yoğurt	Kurabiye-Limonata
22.07.2020	Pişi, Peynir, Domates, Ihlamur	Ezogelin Çorba, Hamburger, Meyve	Haşlanmış Patates, Peynir
23.07.2020	Omlet, Kayısı Marmelatı, Havuç, Adaçayı	Kıymalı Semizotu, Makarna, Cacık	Tarçınlı Kek, Çay
24.07.2020	Tahin-Pekmez, Siyah-Yeşil Zeytin, Kuşburnu Çayı	Tavuklu Bulgur Pilavı, Sebze Sote, Meyve	Yumurtalı Ekmek, Salatalık
25-26.07.2020	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR	CUMARTESİ - PAZAR
27.07.2020	Simit - Peynir Çeşidi - Salatalık - Yeşil Çay	Fırında Sebzeli Tavuk - Kuskus Pilavı - Yoğurt	Kakaolu Kek - Çay
28.07.2020	Zeytin Ezmesi - Peynir / Domates - Papatya Çayı	Kıymalı Yaz Türlüsü -Nohutlu Bulgur Pilavı - Meyve	Kol Böreği - Limonata
29.07.2020	Tahin / Pekmez - Y.Zeytin - Salatalık - Ihlamur	Karnıyarık - Erişte - Cacık	Mercimek Köfte - Marul
30.07.2020	Omlet, Zeytin, Marul, Kuşburnu	Yarmalı yaz Çorbası, Patates Oturtma, İrmik Tatlısı	AREFE

Not: Yemeklerimizde salam- sosis kullanılmamakta- kızartmalarımız fırında yapılmaktadır. Çorba- kemik suyu- yogurt- reçel- tatlı okulumuzda hazırlanmaktadır.

Komposto- çay- kek- kurabiye ve tatlılarda şeker minimum kullanılmaktadır. Yemeklerimizde ve hamur işlerinde (Soğuk Sıkım Zeytinyağı - Tereyağ ve Ayçiçek yağı kullanılmaktadır) Mutfağımızda maraarin ve mısır özü yağı bulunmamaktadır

ÜMİT AKAT
DİYETİSYEN

S.ÜMİT AVCIOĞLU
Okul Müdürü