|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|

|  |  |
| --- | --- |
|  | ŞEHİT İBRAHİM YILMAZ ANAOKULU2021-2022 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI OCAK 2022 AYI YEMEK LİSTESİ |
| Doküman No: L.7.5.01 | Revizyon No0 | Sayfa 1 / 1 | Yayın Tarihi: 20.01.2014 |

 |  |
| **03 OCAK 2022****PAZARTESİ** |  |  | **07 OCAK 2022****SALI** |  |  | **05 OCAK 2022****ÇARŞAMBA** | **CAL** |  | **06 OCAK 2022****PERŞEMBE** | **CAL** |  | **07 OCAK 2022****CUMA** | **CAL** |
| YEŞİL MERCİMEK YAHNİ  |  176 |  | ALACA ÇORBA  | 134 |  | BROKOLİÇORBASI  | 110 |  | DOMATES ÇORBASI | 124 |  | MERCİMEK ÇORBASI | 139 |
| MAKARNA  |  235 |  | ISPANAK YEMEĞİ | 150 |  | KURU FASULYE  | 175 |  | ANTEP YUVALAMA | 214 |  | PÜRELİ MİNTİ KÖFTE | 255 |
| YOĞURT  |  55 |  | MAKARNA  | 235 |  | PİRİNÇ PİLAVI  | 210 |  | ERİŞTE | 214 |  | SOSLU MAKARNA  | 235 |
|   |  |  | YOĞURT  | 55 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **10 OCAK 2022****PAZARTESİ** | **CAL** |  | **11 OCAK 2022****SALI**  | **CAL** |  | **12 OCAK 2022****ÇARŞAMBA** | **CAL** |  | **13 OCAK 2022****PERŞEMBE** | **CAL** |  | **14 OCAK 2022****CUMA** | **CAL** |
| SEBZE ÇORBASI | 119 |  | EZO GELİN ÇORBA  | 140 |  | TEL ŞEHRİYE ÇORBASI | 133 |  | EZO GELİN ÇORBA  | 140 |  | HAVUÇ ÇORBASI | 146 |
| FIRIN PATATES | 136 |  | KARNABAHAR YEMEĞİ | 224 |  | NOHUT  | 183 |  | TERBİYELİKÖFTE | 233 |  | TAVUKLU PİLAV | 330 |
| YOĞURT | 55 |  | YÜZÜK MAKARNA | 235 |  | PİLAV | 201 |  | KUSKUS | 235 |  | AYRAN | 50 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  754 |  |  |  599 |
| **17 OCAK 2022****PAZARTESİ** | **CAL** |  | **18 OCAK 2022****SALI**  | **CAL** |  | **19 OCAK 2022****ÇARŞAMBA**  | **CAL** |  | **20 OCAK 2022****PERŞEMBE** | **CAL** |  | **21 OCAK 2022****CUMA** | **CAL** |
| HAVUÇ ÇORBASI | 134 |  | YOĞURT ÇORBASI  | 128 |  | SÜTLÜ BUĞDAY ÇORBASI | 128 |  | UN ÇORBASI | 124 |  | MERCİMEK ÇORBASI  | 139 |
| DOMATESLİ YEŞİL MERCİMEK  | 176 |  | MEVSİM TÜRLÜSÜ | 224 |  | BARBUNYA | 185 |  | İZMİR KÖFTE | 255 |  | KAYSERİ MANTI  | 321 |
| BULGUR PİLAVI | 117 |  | PİRİNÇ PİLAVI | 201 |  | PİRİNÇ PİLAVI | 201 |  | FİYONK MAKARNA | 235 |  | SALATA/YOĞURT | 145 |
|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
| **GÜNLER** |  | **SABAH KALVALTISI** |  | **İKİNDİ ÇAYI**  |
|  PAZARTESİ |  |  PEYNİR-ZEYTİN-BAL-TEREYAĞI,SÜT |  | TUZLU HALKA /TAZE MEYVE  |
|  SALI |  |  OMLET-PEYNİR-ZEYTİN-DİLİMLİ HAVUÇ-BİTKİ ÇAYI |  | MUHALLEBİ/HAVUÇ  |
|  ÇARŞAMBA |  |  KAŞARLI TOST-SİYAH ZEYTİN , SÜT |  | ELMALI PAY /SÜT |
|  PERŞEMBE |  |  HAŞLANMIŞ YUMURTA-BEYAZ PEYNİR, YEŞİL TURŞU- BİTKİ ÇAYI  |  | SÜTLAÇ /TAZE MEYVE  |
|  CUMA |  |  SİMİT –PEYNİR-SİYAH ZEYTİN --REÇEL- SÜT |  | MOZAİK KEK/BİTKİ ÇAYI |

Kalori hesaplamaları [www.bilgidoktırum.com](http://www.bilgidoktırum.com) adresinden alınarak hesalanmıştır.

BETÜL ÖZDENİZ ŞEYMA GEYİK NEZAHAT ARSLAN ÜMMÜHAN ERATA ESRA BAYAROĞULLARI ARZU ARSLAN

ÖĞRETMEN ÖĞRETMEN AŞCI AŞCI OKUL MÜDÜR YARDIMCI OKUL MÜDÜRÜ