

**ÖZEL 3 MART BEŞEVLER ANAOKULU
EYLÜL 2017 YEMEK LİSTESİ**

	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
		5.09.2017	6.09.2017	7.09.2017	8.09.2017
KAHVALTİ		DOMATES-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN SALATALIK-KURU KAYISI TAHONEZ-BİTKİ ÇAYI	OMLET-TEREYAĞ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI	DOMATES-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN SALATALIK-TEREYAĞ CHOKELLA-SÜT	HAŞ YUMURTA-DOMATES BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEGİ		TARHANA ÇORBA KIYMALI KARNABAHAAR ERİŞTE BARDAK YOĞURT	YAYLA ÇORBA BANDIRMA KÖFTE BULGUR PİLAVI AYRAN	MERCİMEK ÇORBA ISPANAK ARPA ŞEHİRİYE PİLAVI BARDAK YOĞURT	NOHUT PİRİNÇ PİLAVI ÇOBAN SALATA BARDAK YOĞURT
İKİNDİ KAHVALTISI		MEYVE SÜT	SÜTLAÇ	MEYVE SÜT	MEYVE SÜT
	11.09.2017	12.09.2017	13.09.2017	14.09.2017	15.09.2017
KAHVALTİ	HAŞ.YUMURTA-DOMATES BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-SALATALIK BAL-SÜT	DOMATES-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN SALATALIK-KURU KAYISI TAHONEZ-BİTKİ ÇAYI	OMLET-TEREYAĞ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI	DOMATES-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN SALATALIK-TEREYAĞ CHOKELLA-SÜT	HAŞ YUMURTA-DOMATES BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEGİ	YAYLA ÇORBA KIYMALI BRÜKSEL LAHANA BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT	MANTAR ÇORBA FIRIN KÖFTE / SEBZE GARNİ TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN	EZOĞELİN ÇORBA PİLİÇ IZGARA FIRINDA SEBZE MÜCVER AYRAN	HAVUÇ ÇORBA KARIŞIK DOLMA BARDAK YOĞURT VIŞNE KOMPOSTO	KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI ÇOBAN SALATA BARDAK YOĞURT
İKİNDİ KAHVALTISI	EV YAPIMI KEK EV YAPIMI LİMONATA	MEYVE SÜT	PEYNİRLİ EV POĞAÇASI EV YAPIMI LİMONATA	MEYVELİ KEK SÜT	MEYVE SÜT
	18.09.2017	19.09.2017	20.09.2017	21.09.2017	22.09.2017
KAHVALTİ	HAŞ.YUMURTA-DOMATES BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-SALATALIK BAL-SÜT	DOMATES-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN SALATALIK-KURU KAYISI TAHONEZ-BİTKİ ÇAYI	OMLET-TEREYAĞ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI	DOMATES-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN SALATALIK-TEREYAĞ CHOKELLA-SÜT	HAŞ YUMURTA-DOMATES BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEGİ	DÜĞÜN ÇORBA KURU FASULYE SEBZELİ BULGUR PİLAVI CACIK	MERCİMEK ÇORBA ETLİ PATATES MEVSİM SALATA BARDAK YOĞURT	MANTAR ÇORBA IZGARA KÖFTE TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN	DÜĞÜN ÇORBA ISPANAK KIYMALI TEPŞİ BÖREĞİ KOMPOSTO	SEBZE ÇORBA PİLİÇ TAVA BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT
İKİNDİ KAHVALTISI	MEYVE SÜT	EV YAPIMI POĞAÇA SÜT	MEYVE SÜT	MEYVE SÜT	MEYVE SÜT
	25.09.2017	26.09.2017	27.09.2017	28.09.2017	29.09.2017
KAHVALTİ	HAŞ.YUMURTA-DOMATES BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-SALATALIK BAL-SÜT	DOMATES-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN SALATALIK-KURU KAYISI TAHONEZ-BİTKİ ÇAYI	OMLET-TEREYAĞ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI	DOMATES-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN SALATALIK-TEREYAĞ CHOKELLA-SÜT	HAŞ YUMURTA-DOMATES BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEGİ	DÜĞÜN ÇORBA KURU FASULYE SEBZELİ BULGUR PİLAVI CACIK	MERCİMEK ÇORBA ETLİ PATATES MEVSİM SALATA BARDAK YOĞURT	MANTAR ÇORBA IZGARA KÖFTE TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN	DÜĞÜN ÇORBA ISPANAK KIYMALI TEPŞİ BÖREĞİ KOMPOSTO	SEBZE ÇORBA PİLİÇ TAVA BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT
İKİNDİ KAHVALTISI	MEYVE SÜT	EV YAPIMI POĞAÇA SÜT	MEYVE SÜT	MEYVE SÜT	MEYVE SÜT

3 Mart Beşevler Anaokulu mutfağımızdaki uygulamalarımızdan bazıları;
*Yemek servisinde tam buğday ekmeği kullanılmaktadır.
*Menüde yer alan makarnalar tam buğday makarnasından yapılmaktadır.
*Hazır çorba kullanılmamaktadır.
Çorbaların terbiyesi yoğurt, süt ve yumurta ile yapılmaktadır.
*Yemeklerde margarin kullanılmamakta, bitkisel kaynaklı sıvı yağlar, zeytinyağı kullanılmaktadır. *Yemek üretimi esnasında konserve, hazır bulyonlar ve yapay tatlandırıcılar kullanılmamaktadır.
*Sebzelerde ve köftelerde yağda kızartma yapılmamaktadır.Sebzeleri fırında haşlama, köfteleri de fırında pişirme yapılmaktadır.
*Menülerde yer alan sebze mücver kızartılmamakta, tepsilerde fırında pişirilmektedir.
*Hazır köfte kullanılmamaktadır.Köfteler taze etten (mutfağımızda kıyma haline getirilerek) yapılmaktadır.
*Bitki çayların yapımında