

### ÖZEL 3 MART BEŞEVLER ANAOKULU MAYIS 2018 YEMEK MENÜSÜ

	1 Mayıs 2018 Salı	2 Mayıs 2018 Çarşamba	3 Mayıs 2018 Perşembe	4 Mayıs 2018 Cuma
<b>KAHVALTİ</b>	<b>RESMİ TATİL</b>	OMLET-TEREYAĞI BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI	HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK -MAYDANOZ-MEYVE TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	PEYNİRLİ OMLET BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI
<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>		YAYLA ÇORBA KIYMALI BEZELYE BULGUR PİLAVI YOĞURT	MERCİMEK YAHNİ SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT YEŞİL SALATA	SEBZE ÇORBA IZGARA KÖFTE Z.YAĞLI PATATES AYRAN
<b>İKİNDİ KAHVALTISI</b>		EV YAPIMI ÜZÜMLÜ KEK SÜT	EV YAPIMI POĞAÇA EV YAPIMI LIMONATA	MEYVE - KURUYEMİŞ SÜT
	<b>7 Mayıs 2018 Pazartesi</b>	<b>8 Mayıs 2018 Salı</b>	<b>9 Mayıs 2018 Çarşamba</b>	<b>10 Mayıs 2018 Perşembe</b>
<b>KAHVALTİ</b>	HAŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI	HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN KURU KAYISI-DOMATES-SALATALIK TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	OMLET-TEREYAĞI BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN MAYDANOZ-DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI	HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK-MEYVE TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI
<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>	EZOĞELİN ÇORBA KIYMALI TAZE FASULYE BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT	BÜĞDAY ÇORBASI SEBZELİ TASKEBABI TAM BÜĞDAY MAKARNA BARDAK YOĞURT	BARBUNYA SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT YEŞİL SALATA	TARHANA ÇORBA PİLİÇ IZGARA TAM BÜĞDAY MAKARNA AYRAN
<b>İKİNDİ KAHVALTISI</b>	YOĞURTLU KEK SÜT	MEYVE - KURUYEMİŞ SÜT	PUF BÖREĞİ EV YAPIMI LIMONATA	SÜTLAÇ MEYVE - KURUYEMİŞ SÜT
	<b>14 Mayıs 2018 Pazartesi</b>	<b>15 Mayıs 2018 Salı</b>	<b>16 Mayıs 2018 Çarşamba</b>	<b>17 Mayıs 2018 Perşembe</b>
<b>KAHVALTİ</b>	HAŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI	HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN KURU KAYISI-DOMATES-SALATALIK TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	OMLET-TEREYAĞI BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI	HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN MAYDANOZ-CEVİZ İÇİ-DOMATES-SALATALIK TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI
<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>	YOĞURTLU TEL ŞEHRIYE ÇORBA TAŞ KEBABI BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT	NOHUT SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT MEVSİM SALATA	TARHANA ÇORBA KIYMALI KABAK TAM BÜĞDAY MAKARNA BARDAK YOĞURT	DOMATES ÇORBASI IZGARA KÖFTE TAM BÜĞDAY MAKARNA BARDAK YOĞURT
<b>İKİNDİ KAHVALTISI</b>	EV YAPIMI PEYNİRLİ POĞAÇA EV YAPIMI LIMONATA	MEYVE KURUYEMİŞ SÜT	EV YAPIMI KURABİYE SÜT	MEYVE KURUYEMİŞ SÜT
	<b>21 Mayıs 2018 Pazartesi</b>	<b>22 Mayıs 2018 Salı</b>	<b>23 Mayıs 2018 Çarşamba</b>	<b>24 Mayıs 2018 Perşembe</b>
<b>KAHVALTİ</b>	HAŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI	DOMATES-SALATALIK-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN MAYDANOZ-KURU KAYISI TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	OMLET-TEREYAĞI BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI	HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN KURU ÜZÜM-DOMATES-SALATALIK TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI
<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>	EZOĞELİN ÇORBA KIYMALI TAZE FASULYE PEYNİRLİ FIRIN MAKARNA BARDAK YOĞURT	SEBZE ÇORBA İZMİR KÖFTE PEYNİRLİ TAM BÜĞDAY MAKARNA AYRAN	YEŞİL MERCİMEK SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT MEVSİM SALATA	YOĞURTLU TELŞEHRIYE ÇORBASI MANTARLI ET SOTE TAM BÜĞDAY MAKARNA BARDAK YOĞURT
<b>İKİNDİ KAHVALTISI</b>	EV YAPIMI KEK SÜT	MEYVE KURUYEMİŞ SÜT	EV YAPIMI AÇMA SÜT	MEYVE KURUYEMİŞ SÜT
	<b>28 Mayıs 2018 Pazartesi</b>	<b>29 Mayıs 2018 Salı</b>	<b>30 Mayıs 2018 Çarşamba</b>	<b>31 Mayıs 2018 Perşembe</b>
<b>KAHVALTİ</b>	HAŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI	HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN KURU KAYISI-DOMATES-SALATALIK TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	OMLET-TEREYAĞI BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI	HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN KURU ÜZÜM-DOMATES-SALATALIK TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI
<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>	YAYLA ÇORBA KIYMALI İSPANAK TAM BÜĞDAY MAKARNA BARDAK YOĞURT	IZGARA KÖFTE / ZEYTİN YAĞLI PATATES AYRAN MEVSİM SALATA	KURU FASULYE SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT SALATA	BÜĞDAY ÇORBA ETLİ MUSSAKKA TAM BÜĞDAY MAKARNA BARDAK YOĞURT
<b>İKİNDİ KAHVALTISI</b>	EV YAPIMI PEYNİRLİ POĞAÇA LİMONATA	MEYVE - KURUYEMİŞ SÜT	MEYVE KURUYEMİŞ SÜT	CEVİZLİ KEK 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, köfteler de fırında pişirme yapılmaktadır.  
\*Menülerde yer alan sebze mücver kızartılmamakta, tepsielerde fırında pişirilmiştir.  
\*Hazır köfte kullanılmamaktadır. Köfteler taze etten (mutfağımızda kıyma haline getirilerek) yapılmaktadır.  
\*Bitki çayların yapımında karanfil, tarçın ve mevsimine göre taze meyvelerden demleme yapılmaktadır. Toz şeker yerine bal kullanılmaktadır. \* Kahvaltılık ürünlerde az tuzlu olanlar tercih edilmektedir. Yemeklerimizdeki tuz oranı da düşük tutulmaktadır.\*  
Kahvaltıda sunulan tahin ve pekmez mutfağımızda karışım haline getirilmektedir. Kahvaltıda sunduğumuz aya reçeli mutfağımızda yapılmış reçeldir. \* İkinci kahvaltısında sunduğumuz tüm kek, poğaç, puding, limonata vb. ürünler mutfağımızda yapılmaktadır.