

ÖZEL 3 MART BEŞEVLER ANAOKULU NİSAN 2018 YEMEK MENÜSÜ

	2 Nisan 2018 Pazartesi	3 Nisan 2018 Salı	4 Nisan 2018 Çarşamba	5 Nisan 2018 Perşembe	6 Nisan 2018 Cuma
KAHVALTISI	HAŞ YUMURTA-DOMATES-SALATALIK BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ REÇEL-BİTKİ ÇAYI	HAVUÇ-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	HAVUÇ-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN MAYDANOZ-MEYVE TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	PEYNİRLİ OMLET-HAVUÇ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-MAYDANOZ BAL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEĞİ	YAYLA ÇORBA SEBZELİ TAS KEBABI ARPA ŞEHRİYE PİLAVI BARDAK YOĞURT	BUĞDAY ÇORBASI KIYMALI BEZELYE BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT	DOMATES ÇORBA IZGARA KÖFTE Z.YAĞILI PATATES AYRAN	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI İSPANAK TAM BUĞDAY MAKARNASI BARDAK YOĞURT	NOHUT SEBZELİ BULGUR PİLAVI YEŞİL SALATA BARDAK YOĞURT
İKİNDİ KAHVALTISI	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	EV YAPIMI PEYNİRLİ POĞÇA SÜT	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	YOĞURTLU KEK SÜT	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT
	9 Nisan 2018 Pazartesi	10 Nisan 2018 Salı	11 Nisan 2018 Çarşamba	12 Nisan 2018 Perşembe	13 Nisan 2018 Cuma
KAHVALTISI	HAŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI	HAVUÇ-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN MAYDANOZ-KURU KAYISI TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	OMLET-TEREYAĞI BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN HAVUÇ-MAYDANOZ BAL-BİTKİ ÇAYI	HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN DOMATES-SALATALIK-MEYVE TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	PATATESLİ OMLET BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEĞİ	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI KARNABAHAHAR KUSKUS BARDAK YOĞURT	YAYLA ÇORBA PİLİÇ TAVA TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN	EZOĞELİN ÇORBA KIYMALI KAPUSKA BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT	KÖYLÜ ÇORBA IZGARA KÖFTE PEYNİRLİ ERİŞTE AYRAN	BARBUNYA SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT HAVUÇ SALATASI
İKİNDİ KAHVALTISI	PEYNİRLİ POĞÇA EV YAPIMI LİMONATA	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	EV YAPIMI KAKAOLU KEK SÜT	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	PEYNİRLİ KALEM BÖREK EV YAPIMI LİMONATA
	16 Nisan 2018 Pazartesi	17 Nisan 2018 Salı	18 Nisan 2018 Çarşamba	19 Nisan 2018 Perşembe	20 Nisan 2018 Cuma
KAHVALTISI	HAŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI	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	HAVUÇ-HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN MAYDANOZ-CEVİZ İÇİ TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	PEYNİRLİ OMLET BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK BAL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEĞİ	TARHANA ÇORBASI ETLİ BEZELYE PEYNİRLİ ERİŞTE BARDAK YOĞURT	DOMATES ÇORBASI TERBİYELİ KÖFTE TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN	EZOĞELİN ÇORBA KIYMALI PIRASA BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT	KURU FASULYE SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT YEŞİL SALATA	MERCİMEK ÇORBA IZGARA KÖFTE TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN
İKİNDİ KAHVALTISI	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	MEYVE SALATASI SÜT	PEYNİRLİ PUF BÖREĞİ EV YAPIMI LİMONATA	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	EV YAPIMI YOĞURTLU KEK SÜT
	23 Nisan 2018 Pazartesi	24 Nisan 2018 Salı	25 Nisan 2018 Çarşamba	26 Nisan 2018 Perşembe	27 Nisan 2018 Cuma
KAHVALTISI		HAVUÇ-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	PATATESLİ OMLET-HAVUÇ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-MAYDANOZ BAL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEĞİ		BUĞDAY ÇORBASI KIYMALI TAZE FASULYE BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT	KURU FASULYE SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT HAVUÇ SALATASI	DOMATES ÇORBA IZGARA KÖFTE TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI FIRIN MUSAKKA YEŞİL SALATA BARDAK YOĞURT
İKİNDİ KAHVALTISI		MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	PEYNİRLİ PUF BÖREĞİ EV YAPIMI LİMONATA
	30 Nisan 2018 Pazartesi				
KAHVALTISI	HAŞ YUMURTA- BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-DOMATES-SALATALIK REÇEL-BİTKİ ÇAYI				
ÖĞLE YEMEĞİ	YOĞURT ÇORBA KIYMALI KABAK TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN				
İKİNDİ KAHVALTISI	EV YAPIMI HAVUÇLU 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 pişirilmektedir.
*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, poğça, puding, limonata vb. ürünler mutfağımızda yapılmaktadır.