

ÖZEL 3 MART BEŞEVLER ANAOKULU ŞUBAT 2018 YEMEK MENÜSÜ

				1 Şubat 2018 Perşembe	2 Şubat 2018 Cuma
KAHVALTİ				HAVUÇ -HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN MAYDANOZ-KURU ÜZÜM TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	PEYNİRLİ OMLET-HAVUÇ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-MAYDANOZ BAL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEĞİ				TARHANA ÇORBA KIYMALI İSPANAK BURGU MAKARNA BARDAK YOĞURT	HAVUÇ ÇORBA FİRİN KÖFTE BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT
İKİNDİ KAHVALTISI				MEYVE SÜT	EV YAPIMI POĞAÇA EV YAPIMI LIMONATA
	5 Şubat 2018 Pazartesi	6 Şubat 2018 Salı	7 Şubat 2018 Çarşamba	8 Şubat 2018 Perşembe	9 Şubat 2018 Cuma
KAHVALTİ	HAŞ YUMURTA-HAVUÇ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-MAYDANOZ BAL-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-TEREYAĞ 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	DOMATES ÇORBA KIYMALI KARNABAHAH TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN	NOHUT SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT MEVSİM SALATA	KÖYLÜ ÇORBA MİTİTE KÖFTE / KÜP PATATES Z.YAĞLI BROKOLİ AYRAN	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI KAPUSKA PEYNİRLİ ERIŞTE BARDAK YOĞURT	YAYLA ÇORBA TAS KEBABI TAM BUĞDAY MAKARNA BARDAK YOĞURT
İKİNDİ KAHVALTISI	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	ÜZÜMLÜ KEK SÜT	MEYVE - KURUYEMİŞ SÜT	EV YAPIMI POĞAÇA EV YAPIMI LIMONATA	SUPHANGİLE
	12 Şubat 2018 Pazartesi	13 Şubat 2018 Salı	14 Şubat 2018 Çarşamba	15 Şubat 2018 Perşembe	16 Şubat 2018 Cuma
KAHVALTİ	HAŞ YUMURTA-HAVUÇ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-MAYDANOZ REÇEL-BİTKİ ÇAYI	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	HAVUÇ -HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN MAYDANOZ-CEVİZ İÇİ TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	PEYNİRLİ OMLET-HAVUÇ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-MAYDANOZ BAL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEĞİ	EZOĞELİN ÇORBA KIYMALI PIRASA TAM BUĞDAY MAKARNA YOĞURT	HAVUÇ ÇORBA ET KAVURMA/PILAV Z.YAĞI SEBZE BUKETİ AYRAN	MERCİMEK YAHNI SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT HAVUÇ SALATA	DOMATES ÇORBA KIYMALI MUSAKKA BULGUR PİLAVI YOĞURT	MERCİMEK ÇORBA İZMİR KÖFTE TAM BUĞDAY MAKARNA AYRAN
İKİNDİ KAHVALTISI	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	KURABIYE SÜT	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	YOĞURLU KEK SÜT	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT
	19 Şubat 2018 Pazartesi	20 Şubat 2018 Salı	21 Şubat 2018 Çarşamba	22 Şubat 2018 Perşembe	23 Şubat 2018 Cuma
KAHVALTİ	HAŞ YUMURTA-HAVUÇ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-MAYDANOZ 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	HAVUÇ -HAŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİRİ-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN MAYDANOZ-KURU ÜZÜM TAHİN-PEKMEZ-BİTKİ ÇAYI	PEYNİRLİ OMLET-HAVUÇ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-MAYDANOZ BAL-BİTKİ ÇAYI
ÖĞLE YEMEĞİ	EZOĞELİN ÇORBA TAS KEBABI ERİŞTE AYRAN SÜT HELVASI	KURU FASULYE SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT MEVSİM SALATA	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI BEZELYE BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT	BUĞDAY ÇORBA IZGARA KÖFTE / PATATES BARDAK YOĞURT HAVUÇ SALATASI	TAVUKSUYU ÇORBA KIYMALI KARNABAHAH BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT
İKİNDİ KAHVALTISI		HAVUÇLU KEK SÜT	PIŞI EV YAPIMI LIMONATA	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT
	26 Şubat 2018 Pazartesi	27 Şubat 2018 Salı	28 Şubat 2018 Çarşamba		
KAHVALTİ	HAŞ YUMURTA-HAVUÇ BEYAZ PEYNİR-S.ZEYTİN/Y.ZEYTİN TEREYAĞ-MAYDANOZ 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		
ÖĞLE YEMEĞİ	DOMATES ÇORBA KIYMALI İSPANAK PEYNİRLİ TAM BUĞDAY MAKARNA BARDAK YOĞURT	HAVUÇ ÇORBA ÇÖKERTME KEBABI PEYNİRLİ RULO BÖREK AYRAN	KURU FASULYE SEBZELİ BULGUR PİLAVI BARDAK YOĞURT MEVSİM SALATA		
İKİNDİ KAHVALTISI	YOĞURLU KEK SÜT	MEYVE-KURUYEMİŞ SÜT	EV YAPIMI POĞAÇA 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.
*Sebzelelerde ve köftelerde yağda kızartma yapılmamaktadır. Sebzeleleri 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, poğaç, puding, limonata vb. ürünler mutfağımızda yapılmaktadır.