



# EKİM 2023 YEMEK LİSTESİ

|           |           |   |  |                      |
|-----------|-----------|---|--|----------------------|
| 2.10.2023 | PAZARTESİ | Omlet<br>Domates<br>Kaşar peyniri<br>Süt                              | İspanak yemeği<br>Makarna<br>Yoğurt          | Damla çikolatalı kek |
| 3.10.2023 | SALI      | Haşlanmış yumurta<br>Beyaz peynir<br>Salatalık<br>Şekersiz meyve suyu | Hasanapaça köftesi<br>Pirinç pilavı<br>Meyve | Tuzlu kurabiye       |
| 4.10.2023 | ÇARŞAMBA  | Çeçil peyniri<br>Siyah zeytin<br>Reçel<br>İhlamur                     | Yeşil mercimek<br>Bulgur pilavı<br>Ayran     | Mozaik pasta         |
| 5.10.2023 | PERŞEMBE  | Yumurtalı menemen<br>Tahin helvası<br>Süt                             | Tavuk sote<br>Erişte<br>Şekersiz Limonata    | Peynirli bûrek       |
| 6.10.2023 | CUMA      | Simit<br>Üçgen peynir<br>Yeşil zeytin<br>Şekersiz meyve suyu          | Kıymalı patates yemeği<br>Makarna<br>Meyve   | Anne kurabiye        |



|            |           |   |  |                |
|------------|-----------|---|--|----------------|
| 9.10.2023  | PAZARTESİ | Haşlanmış yumurta<br>Beyaz peynir<br>Salatalık<br>Süt         | Kıymalı bezelye<br>Pirinç pilavı<br>Yoğurt | Tuzlu kurabiye |
| 10.10.2023 | SALI      | Poğaç<br>Kaşar peyniri<br>Siyah zeytin<br>Şekersiz meyve suyu | İzmir köfte<br>Makarna<br>Ayran            | Mozaik kek     |
| 11.10.2023 | ÇARŞAMBA  | Peynirli omlet<br>Yeşil zeytin<br>Bal<br>Kuşburnu çayı        | Kuru fasulye<br>Pilav<br>Turtu             | Sade poğaç     |
| 12.10.2023 | PERŞEMBE  | Pankek<br>Kahvaltılık çikolata<br>Süt                         | Tavuklu şehriye pilavı<br>Ayran<br>Meyve   | Cevizli kek    |
| 13.10.2023 | CUMA      | Simit<br>Üçgen peynir<br>Domates<br>Şekersiz meyve suyu       | Mantı<br>Yoğurt<br>Meyve                   | Pizza          |

|            |           |  |  |                 |
|------------|-----------|--|--|-----------------|
| 16.10.2023 | PAZARTESİ | Çeçil peyniri<br>Siyah zeytin<br>Salatalık<br>Süt                  | Yumurtalı İspanak yemeği<br>Makarna<br>Meyve                       | Bisküvili pasta |
| 17.10.2023 | SALI      | Beyaz peynir<br>Yeşil zeytin<br>Tahin pekmez<br>İhlamur            | Ekşili köfte<br>Pirinç Pilavı<br>Ayran                             | Açma            |
| 18.10.2023 | ÇARŞAMBA  | Haşlanmış yumurta<br>Kaşar peyniri<br>Reçel<br>Şekersiz meyve suyu | Etili nohut yemeği<br>Şehriyeli pirinç pilavı<br>Şekersiz limonata | Tiramisu        |
| 19.10.2023 | PERŞEMBE  | Kaşarlı omlet<br>Siyah zeytin<br>Bal<br>Kuşburnu çayı              | Saç kavurma<br>Arpa şehriye pilavı<br>Yoğurt                       | Tuzlu kurabiye  |
| 20.10.2023 | CUMA      | Simit<br>Üçgen peynir<br>Tahin helvası<br>Süt                      | Tavuklu pilav<br>Ayran<br>Meyve                                    | Supanle         |



|            |           |   |   |                    |
|------------|-----------|---|---|--------------------|
| 23.10.2023 | PAZARTESİ | Pankek<br>Bal<br>Süt  | Yayla çorbası<br>Biber dolması<br>Meyve     | Kıymalı kol böreği |
| 24.10.2023 | SALI      | Haşlanmış yumurta<br>Beyaz peynir<br>Siyah zeytin<br>İhlamur  | Patlıcan oturtma<br>Pirinç pilavı<br>Yoğurt | Eimali turta       |
| 25.10.2023 | ÇARŞAMBA  | Poğaç<br>Kaşar peyniri<br>Siyah zeytin<br>Şekersiz meyve suyu | Barbunya yemeği<br>Bulgur pilavı<br>Ayran   | Conflex            |
| 26.10.2023 | PERŞEMBE  | Peynirli omlet<br>Yeşil zeytin<br>Bal<br>Kuşburnu çayı        | Körü soslu tavuk<br>Makarna<br>Meyve        | Muzlu puding       |
| 27.10.2023 | CUMA      | Simit<br>Üçgen peynir<br>Reçel<br>Süt                         | Köfte - patates kızartması<br>Ayran         | Pizza              |

|            |           |   |  |               |
|------------|-----------|---|--|---------------|
| 30.10.2023 | PAZARTESİ | Omlet<br>Çeçil peyniri<br>Siyah zeytin<br>Süt           | Mercimek çorbası<br>Tavuklu arpa şehriye pilavı<br>Ayran | Meyveli kek   |
| 31.10.2023 | SALI      | Beyaz peynir<br>Yeşil zeytin<br>Tahin pekmez<br>İhlamur | Sebzeli bezelye yemeği<br>Bulgur pilavı<br>Meyve         | Piramit pasta |