

İLKOKUL EKİM AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Kahvaltı	Öğle Yemeği
6 EKİM PAZARTESİ	YUMURTALI EKMEK KAŞAR PEYNİR TAHİN PEKMEZ KURU ÜZÜM BİTKİ ÇAYI	DOMATES ÇORBASI FIRIN TAVUK BUT KURU FASULYE BULGUR PİLAVI MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
7 EKİM SALI	PANKEK BAL MUZ SÜT	ŞEHİRİYE ÇORBASI MEVSİM BALIK ZEYTİNYAĞLI İSPANAK BURGU MAKARNA İRMİK HELVASI SALATA BAR
8 EKİM ÇARŞAMBA	LABNE PEYNİR PATATESLİ OMLET BİTKİ ÇAYI HEVUÇ DİLİM ZEYTİN	EZOGELİN ÇORBASI SEBZELİ KEBAP ZEYTİNYAĞLI SEMİZOTU LORLU ERİŞTE MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
9 EKİM PERŞEMBE	PİŞİ BEYAZ PEYNİR BAL SÜT	TARHANA ÇORBASI BEYAZ SOSLU ETLİ NOHUT ZEYTİNYAĞLI BEZELYE PİRİNÇ PİLAVI SUPANGLE SALATA BAR/AYRAN
10 EKİM CUMA	LOR PEYNİRLİ BÖREK HAŞLANMIŞ YUMURTA KURU KAYISI ZEYTİN BİTKİ ÇAYI	MERCİMEK ÇORBASI IZGARA KÖFTE/PATATES PIRASA KÖFTESİ/PATATES SOSLU SPAGETTİ KİVİLİ MUHALLEBİ SALATA BAR/YOĞURT

İLKOKUL EKİM AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Kahvaltı	Öğle Yemeği
13 EKİM PAZARTESİ	PATATESLİ YUMURTA BEYAZ PEYNİR HAVUÇ DİLİM ZEYTİN BİTKİ ÇAYI	TARHANA ÇORBASI ANKARA TAVA MANTAR SOTE/ŞEHİRİYE PİLAVI ZEYTİNYAĞLI BROKOLİ MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
14 EKİM SALI	YUMURTALI EKMEK KAŞAR PEYNİR TAHİN PEKMEZ ZEYTİN SÜT	ŞEHİRİYE ÇORBASI KIYMALI DOLMA ZEYTİNYAĞLI DOLMA KALEM BÖREĞİ KOMPOSTO SALATA BAR/YOĞURT
15 EKİM ÇARŞAMBA	ÇİRPİLMİŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR KURU ERİK ZEYTİN BİTKİ ÇAYI	MERCİMEK ÇORBASI ETLİ KURU FASULYE ZEYTİNYAĞLI PATLICAN DOMATESLİ BULGUR PİLAVI MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
16 EKİM PERŞEMBE	POĞAÇA LABNE PEYNİR PORTAKAL DİLİM ZEYTİN SÜT	SEBZE ÇORBASI HASANPAŞA KÖFTE BÖRÜLCE YEMEĞİ SOSLU SPAGETTİ KEŞKÜL SALATA BAR/YOĞURT
17 EKİM CUMA	HAŞLANMIŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİR TEREYAĞI BAL BİTKİ ÇAYI	İTALYAN MUTFAĞI

İLKOKUL EKİM AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Kahvaltı	Öğle Yemeği
20 EKİM PAZARTESİ	YUMURTALI EKMEK KAŞAR PEYNİR TAHİN PEKMEZ KURU KAYISI BİTKİ ÇAYI	DOMATES ÇORBASI PİLİÇ BAGET FIRIN KARNABAHAAR TEREYAĞLI MAKARNA MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
21 EKİM SALI	PANKEK BAL MUZ SÜT	EZOĞELİN ÇORRBASI PATATES MUSAKKA YEŞİL MERCİMEK ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI BROWNİ SALATA BAR/YOĞURT
22 EKİM ÇARŞAMBA	PATATESLİ OMLET LABNE HAVUÇ DİLİM ZEYTİN BİTKİ ÇAYI	MANTAR ÇORBASI SOSLU MANTI ZETYİNYAĞLI SEMİZOTU BROKOLİ SALATASI MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
23 EKİM PERŞEMBE	PİŞİ BEYAZ PEYNİR BAL SÜT	TAHRANA ÇORBASI ETLİ KURU FASULYE ZEYTİNYAĞLI ENGİNAR BULGUR PİLAVI SÜTLAÇ SALATA BAR/YOĞURT
24 EKİM CUMA	LOR PEYNİRLİ BÖREK HAŞLANMIŞ YUMURTA KURU ÜZÜM ZEYTİN BİTKİ ÇAYI	MERCİMEK ÇORBASI HAMBURGER VEJETARYEN HAMBURGER PARMAK PATATES ÇİLEKLİ PUDİNG SALATA BAR/AYRAN

İLKOKUL EKİM AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Kahvaltı	Öğle Yemeği
27 EKİM PAZARTESİ	ÇIRPILMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR KURU ERİK ZEYTİN BİTKİ ÇAYI	EZOĞELİN ÇORBASI ÇITIR TAVUK KURU FASULYE ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
28 EKİM SALI	SADE POĞAÇA LABNE PEYNİR PORTAKAL DİLİM ZEYTİN SÜT	DOMATES ÇORBASI KIYMALI İSPANAK ZEYTİNYAĞLI KABAK BONCUK MAKARNA MUZLU PUDİNG SALATA BAR/YOĞURT
29 EKİM ÇARŞAMBA		CUMHURİYET BAYRAMI
30 EKİM PERŞEMBE	YUMURTALI EKMEK KAŞAR PEYNİR TAHİN PEKMEZ CEVİZ SÜT	MANTAR ÇORBASI İZMİR KÖFTE ZEYTİNYAĞLI PIRASA SOSLU MAKARNA MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
31 EKİM CUMA	PATATESLİ YUMURTA BEYAZ PEYNİR HAVUÇ DİLİM ZEYTİN BİTKİ ÇAYI	ŞEHİRİYE ÇORBASI PİZZA VEJETARYEN PİZZA FIRIN PATATES KADAYIFLI MUHALLEBİ SALATA BAR/YOĞURT