

Beslenme Dostu Okul



TED KARABÜK KOLEJİ
2019-2020 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
OCAK AYI YEMEK LİSTESİ



TARİH	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ
01.01.2019 Çarşamba YENİ YIL TATİLİ			
02.01.2020 Perşembe	Peynirli omlet, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz -Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), çeri domates-fındık salatalık helva	Düğün Çorba, Nohut yemeği, pirinç pilav, yoğurt	Pankek,bal, ıhlamur çayı
03.01.2020 Cuma	Gözleme, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), çeri domates-fındık salatalık, helva	Mangal Menü	Meyve
HAFTASONU			
06.01.2020 Pazartesi	Haşlanmış yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz -Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil- siyah), çeri domates-fındık salatalık, helva	Mercimek Çorba, Patates yemeği, Pirinç/bulgur pilavı, yoğurt	Kakaolu kek, bitki çayı
07.01.2020 Salı	Simit, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz - Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), çeri domates- fındık salatalık, helva	Domates çorbası, Hamburger, Salata, Ayran	Meyve
08.01.2020 Çarşamba	Patatesli yumurta ,Buğday Ekmeği, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz - Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), çeri domates-fındık salatalık ,helva	Tarhana çorba, Nohut yemeği, Pirinç/Bulgur Pilavı, Karışık Turşu	Meyve, Yoğurt
09.01.2020 Perşembe	Pişi, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz - Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), çeri domates- fındık salatalık, helva	Toyga Çorba, Ispanak Borani, Burgu Makarna, Yoğurt	Havuç, salatalık dilimleri

10.01.2020 Cuma	Sucuklu yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), çeri domates-fındık salatalık, helva	Tavuk suyu çorba, Fırın tavuk kızartma, Pirinç/bulgur pilavı, yoğurt	Fındıklı kurabiye, Süt
HAFTASONU			
13.01.2020 Pazartesi	Haşlanmış yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz -Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), çeri domates-fındık salatalık, helva	Tarhana Çorba, Köfte-Patates kızartması, Domatesli erişte, Tulumba tatlısı	Meyve
14.01.2020 Salı	Tost, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz -Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), çeri domates-fındık salatalık, helva	Toyga Çorba, Başamel soslu ıspanak, Spagetti makarna,yoğurt	Haşlanmış patates, Ayran
15.01.2020 Çarşamba	Peynirli Yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz -Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah),), çeri domates-fındık salatalık, helva	Ezogelin Çorba, kıymalı pide, Salata, Ayran	Kek, bitki çayı
16.01.2020 Perşembe	Tereyağlı-ballı ekmek , Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz -Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), helva	Domates Çorba, Kuru Fasulye, Bulgur Pilavı, Turşu	Sıkma Portakal, Yıldız kurabiye
17.01.2020 Cuma	Simit, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz -Kaşar, Burgu), Zeytin (yeşil-siyah), helva		
Yarıyıl Tatili			