

Beslenme Dostu Okul



TED KARABÜK KOLEJİ
2020-2021 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
EYLÜL AYI YEMEK LİSTESİ



TARİH	SABAH	ÖĞLE	AKŞAM	GECE ARA ÖĞÜN
1 Eylül 2020 Salı	Simit, Krem Peynir, Y. Zeytin, Reçel, Domates-Salatalık Tereyağı, Süt, Çay	Şehriye Çorba, Fırın Kanat/Bulgur Pilavı Mevsim Salata, Ayran	Yayla Çorba, Karışık Kızartma, Makarna, Yoğurt	Pötibör Bisküvi, Çay
2 Eylül 2020 Çarşamba	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Kakaolu Fındık Kreması, Söğüş Domates-Salatalık Zeytin, Süt, Çay	Ezogelin Çorba, Karnıyarık, Pirinç pilavı, Mevsim Salata	Tavuk Suyu Çorba, Biber Dolma, Yoğurt, Üzüm	Zeytinli-Sade Poğaç, Limonata
3 Eylül 2020 Perşembe	Patates Tava, Süt Beyaz Peynir, Çay Kakaolu Fındık Kreması, Zeytin, Söğüş Domates- Salatalık,	Domates Çorba, Rosto Köfte/Püre, Kısır, Meyve	Tarhana Çorba, Menemen Domates Soslu Makarna, Yoğurt	Simit, Çay
4 Eylül 2020 Cuma	Pişi, Krem Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Reçel, Süt,	Süzme Mercimek Çorba, Kuru Fasulye, Pirinç Pilavı, Mevsim Salata	Yayla Çorba Fırında Kabak Mücver Kıymalı Makarna Yoğurt	Galeta, Meyve Suyu
5 Eylül 2020 Cumartesi	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Kakaolu Fındık Kreması, Söğüş Domates-Salatalık Zeytin, Süt, Çay	Terbiyeli Köfte, Spagetti Makarna, Zeytinyağı Fasulye, Salata	Kremalı Mantar Çorba, Mantı Yoğurt, Semizotlu Yeşil Salata, Kavun	Kaşarlı-Y.Biberli Sandviç, Çay
6 Eylül 2020 Pazar	Peynirli Yufka Gözleme, Söğüş Domates- Salatalık Reçel, Siyah Zeytin Süt, Çay,	Tarhana Çorba, Menemen, Erişte, Yoğurt	Sebze Çorba Salça Soslu Köfte Şehriye Pilavı, Salata	Peynirli poğaç, Çay
7 Eylül 2020 Pazartesi	Sosis Kızartma, Kaşar Peynir, Reçel, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Süt, Çay	Salçalı Keşkek Çorba, Karışık Kızartma, Barbunya Plaki, Yoğurt	Şehriye Çorba, Kıymalı Patates Oturtma, Peynirli Börek, Komposto	Tuzlu Pasta, Limonata
8 Eylül 2020 Salı	Poğaç, Krem Peynir, Bal, Söğüş Domates- Salatalık Tereyağı, Süt, Çay,	Ezogelin Çorba, Köfteli Nohut, Pirinç Pilavı, Mevsim Salata	Süzme Mercimek Çorba Pat. Hav. Barbunya Pirinç Pilavı, Cacık	Fındıklı Kurabiye, Süt
9 Eylül 2020 Çarşamba	Haşlama Yumurta, Simit, Beyaz Peynir, Kakaolu Fındık Kreması, Zeytin, Süt, Çay	Şehriye Çorba, Kıymalı Pide, Mevsim Salata, Ayran	Yeşil Merc. Eriş. Çorba Karışık Kızartma, Yoğurt, Kavun	Ekmek Arası Kaşar Peynir, Meyve Suyu(Vişne)

10 Eylül 2020 Perşembe	Patatesli Yumurta Siyah Zeytin, Ceviz Reçel, Tereyağı, Süt, Çay	Süzme Mercimek Çorba, Taze Fasulye, Patatesli Börek, Komposto	Yayla Çorba, Kuru Köfte-Patates Kızartma, Salata, Meyve	Sade Pötibör Bisküvi, Çay
11 Eylül 2020 Cuma	Simit, Süt Beyaz Peynir, Çay Kakaolu Fındık Kreması, Söğüş Domates-Salatalık	Tarhana Çorba, Kadınbudu Köfte/Püre, Kısır, Ayrın	Mantar Çorba Kabak Yemeği Salçalı Makarna Yoğurt	Sade Çubuk, Meyve Suyu
12 Eylül 2020 Cumartesi	Haşlama Yumurta, Kaşar Peyniri, Söğüş Domates-Salatalık, Bal, Zeytin, Süt, Çay,	Kırmızı Mercimek Çorba, Barbunya, Sebzeli Bulgur Pilavı, Cacık	Terbiyeli Köfte, Milföy Börek, Limonata, Salata	Çubuk Kraker, Çay
13 Eylül 2020 Pazar	Patatesli Yumurta, Kaşar Peyniri, Reçel, Y. Zeytin, Süt, Çay	Köylüm Çorba, Tavuk Şnitzel/Patates Tava, Makarna, Meyve Suyu	Mercimek Çorba, Bezelye Yemeği, Pirinç Pilavı, Mevsim Salata	Galeta, Meyve Suyu
14 Eylül 2020 Pazartesi	Peynirli Yufka Gözleme, Söğüş Domates- Salatalık Reçel, Siyah Zeytin Süt, Çay,	Tarhana Çorba, Nohut, Pirinç Pilavı, Mevsim Salata	Yeşil Merc. Eriş. Çorba Pat. Hav. Barbunya Bulgur Pilavı Ayrın	Kaşarlı-Y.Biberli Sandviç, Limonata
15 Eylül 2020 Salı	Simit, Süt Beyaz Peynir, Çay Kakaolu Fındık Kreması, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin	Süzme Mercimek Çorba, Patates/Musakka, Erişte Makarna, Fırın Sütlaç	Yayla Çorba, Sebzeli Köfte Şehriye Pilavı, Salata	Beyaz Peynir Domates Sandviç, Limonata
16 Eylül 2020 Çarşamba	Yumurtalı Ekmek, Beyaz Peynir, Süt, Reçel, Tereyağı Zeytin, Çay	Şehriye Çorba, Tavuk Sote, Pirinç Pilavı, Salata	Ezogelin Çorba Şakşuka Spagetti Yoğurt	Meyveli Kakaolu Kek, Çay
17 Eylül 2020 Perşembe	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Bal, Zeytin, Süt, Çay,	Ezogelin Çorba, Sebzeli Türlü, Kıymalı Börek, Ayrın	Tas Kebabı Pirinç Pilavı Havuç Tarator, üzüm	Ekmek Arası Tahin Helva, Çay
18 Eylül 2020 Cuma	Patatesli Börek, Siyah Zeytin, Ceviz Reçel, Tereyağı, Süt, Çay, Fındık	Köylüm Çorba, Fırın Köfte, Pirinç Pilavı, Mevsim Salata	Şehriye Çorba, Fırında Sebzeli Türlü, Peynirli Börek, Komposto	Sade Pötibör Bisküvi, Çay
19 Eylül 2020 Cumartesi	Simit, Krem Peynir, Bal, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Süt, Çay,	Kırmızı Mercimek Çorba, Tavuklu Bezelye, Pirinç Pilavı, Haşhaşlı Revani	Keşkek Çorba Kıymalı Patates Oturtma Kısır Kavun	Kakaolu Kek, Süt
20 Eylül 2020 Pazar	Patates Tava, Süt Beyaz Peynir, Çay Kakaolu Fındık Kreması, Söğüş	Mantar Çorba, Kuru Köfte,-Patates Kızartması, Makarna, Ayrın	Şehriye Çorba Etli Nohut Pirinç Pilavı Cacık	Beyaz Peynir Domates Sandviç, Limonata

21 Eylül 2020 Pazartesi	Haşlama Yumurta, Söğüş Domates- Salatalık Beyaz Peynir, Bal, Zeytin, Süt, Çay	Şehriye Çorba, Fırın Tavuk, Pirinç Pilavı, Mevsim Salata	Ezogelin Çorba Karışık Kızartma Yoğurt Spagetti	Tuzlu Kurabiye, Çay
22 Eylül 2020 Salı	Poğaç, Krem Peynir, Reçel, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Süt, Çay, Fındık	Mercimek Çorba, Karışık Dolma, Börek, Yoğurt	Mercimek Yemeği, Salçalı Makarna, Yoğurt, Üzüm	Simit, Çay
23 Eylül 2020 Çarşamba	Menemen, Kaşar Peynir, Tereyağı, Süt, Bal, Y. Zeytin, Çay, Kayısı	Tarhana Çorba, Kuru Fasulye, Pirinç Pilavı, Cacık	Şehriye Çorba Zeytinyağlı Kabak Kalye, Cevizli Erişte Yoğurt	Peynir Domates Biberli Ekmek Arası, Çay
24 Eylül 2020 Perşembe	Simit, Krem Peynir, Y. Zeytin, Reçel, Domates- Salatalık Tereyağı, Süt, Çay	Ezogelin Çorba, Etli Patates, Fırın Makarna, Mevsim Salata	Sebze Çorba Fırında Tavuk Bulgur Pilavı, Cacık	Ekmek Arası Tahin Helva, Çay
25 Eylül 2020 Cuma	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Kakaolu Fındık Kreması, Söğüş Domates- Salatalık Zeytin, Süt, Çay	Sütlü Keşkek Çorba, Misket Köfte, Makarna, Tulumba tatlısı	Kırmızı Mercimek Çorba Bezelye Domates Soslu Makarna, Üzüm	Susamlı Çubuk, Meyve Suyu
26 Eylül 2020 Cumartesi	Patates Tava, Süt Beyaz Peynir, Çay Kakaolu Fındık Kreması, Zeytin, Söğüş Domates- Salatalık,	Mercimek Çorba, Taze Fasulye, Spagetti, Salata	Ezogelin Çorba, Kuru Köfte/Patates Kızartması, Meyve, Yoğurt	Galeta, Çay
27 Eylül 2020 Pazar	Pişi, Krem Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Reçel, Süt,	Domates Çorba, Karışık Kızartma, Salçalı Makarna, Yoğurt	Yayla Çorba, Tavuk Sote, Pirinç Pilavı, Mevsim Salata	Tuzlu Kurabiye, Meyve Suyu
28 Eylül 2020 Pazartesi	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Kakaolu Fındık Kreması, Söğüş Domates- Salatalık Zeytin, Süt, Çay	Ezogelin Çorba, Etli Kuru Fasulye, Pirinç Pilavı, Cacık	Mercimek Çorba, Menemen Erişte makarna, Limonata	Simit, Çay
29 Eylül 2020 Salı	Sosis Kızartma, Kaşar Peynir, Reçel, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Süt, Çay	Sebze Çorba, Kaşarlı İnegöl Köfte, Bulgur Pilavı, Salata	Pat. Hav. Barbunya Yemeği, Bulgur Pilavı, Yoğurt, Sütlaç	Galeta, Meyve Suyu
30 Eylül 2020 Çarşamba	Menemen, Kaşar Peynir, Tereyağı, Süt, Bal, Y. Zeytin, Çay, Kayısı	Süzme Mercimek Çorba, Etli Mantı(Sos+Yoğurt), Mevsim Salata, Kadayıf	Krm Mantar Çorba, Orman Kebabı Pirinç Pilavı, Salata	Sade Kek, Süt