

Beslenme Dostu Okul



TED KARABÜK KOLEJİ
2022-2023 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
KASIM AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Sabah	Öğle	Akşam	Gece Ara Öğün
01 Kasım 2022 Salı	Açma, Beyaz Peynir, Zeytin, Tereyağı, Bal, Söğüş Domates-Salatalık, Süt, Çay	Tarhana Çorba Pideli Parmak Köfte Kısır Ayrar	Çorba Taze Fasulye Fırın Makarna Üzüm Komposto	Peynirli Sandviç Çay
02 Kasım 2022 Çarşamba	Simit, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Karnabahar-Havuç Kzt. Spagetti Makarna Yoğurt	Çorba İzmir Köfte Pirinç Pilavı Mevsim Meyve	Kurabiye Meyve Suyu
03 Kasım 2022 Perşembe	Patates Tava, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Sebzeli Çorba Etli Nohut Pirinç/Bulgur Pilavı Cacık	Çorba Dalyan Köfte/Püre Mevsim Salata Meyve Suyu	Meyveli Kek, Çay
04 Kasım 2022 Cuma	Kaşarlı Tost, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Mangal Menü	Çorba Karnabahar/Havuç Kzt. Patatesli Börek Yoğurt	Patatesli Börek Limonata
05 Kasım 2022 Cumartesi	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Mercimek Çorba Sebzeli Türlü Erişte Makarna Sütlâç	Çorba Çıtır Tavuk/Pilav Mevsim Salata Cacık	Kakaolu Kek, Süt
06 Kasım 2022 Pazar	Sucuklu Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Karışık Kızartma Spagetti Makarna Yoğurt	Çorba Sosisli Sandviç Menü Limonata	Poğaç, Çay
07 Kasım 2022 Pazartesi	Peynirli Yufka Gözleme, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Domates Çorba Etli Mantı (Sos/Yoğurt) Barbunya Pilaki Meyve	Çorba Köfte/Patates Kzt. Mevsim Salata Meyve	Susamlı Çubuk Meyve Suyu
08 Kasım 2022 Salı	Haşlanmış Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Tavuk Haşlama Pirinç/Bulgur Pilavı Mevsim Salata Ayrar	Çorba Kıy. Karnabahar Yemeği Spagetti Makarna Yoğurt	Açma Limonata
09 Kasım 2022 Çarşamba	Menemen, Kaşar Peynir, Zeytin, Tereyağı, Bal Süt, Çay	Mercimek Çorba Biber/Kabak Dolma Bolonez Soslu Makarna Yoğurt	Çorba Orman Kebabı Pirinç Pilavı Mevsim Salata	Simit, Çay
10 Kasım 2022 Perşembe	Pişi, Beyaz Peynir, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Domates Çorba Rosto Köfte/Püre Kısır Mevsim Meyve	Çorba Ispanak Yemeği/Yoğurt Peynirli Börek Limonata	Kaşarlı-Y. Biberli Sandviç, Meyve Suyu

11 Kasım 2022 Cuma	Patatesli Yumurta, Zeytin, Tereyağı, Bal, Ceviz, Süt, Çay	Pilav Üstü Et Döner Menü	Çorba Nohut Yemeği Bulgur Pilavı Turşu	Kurabiye, Meyve Suyu
12 Kasım 2022 Cumartesi	Peynirli Yufka Gözleme, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Mercimek çorba İzmir Köfte Pirinç/Bulgur Pilavı Salata	Çorba Tavuk Şnitzel/ Püre Ayrın Muz	Açma Limonata
13 Kasım 2022 Pazar	Kaşarlı Tost, Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Ispanak Sufle Mercimek Köfte Meyve	Çorba Fırında Hamsi Yeşil Salata Tahin Helva	Meyveli Kek Meyve Suyu
14 Kasım 2022 Pazartesi	Patatesli Yumurta, Beyaz Peynir, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Tarhana Çorba Kuru Fasulye Pirinç/Bulgur Pilavı Turşu	Çorba Zeytinyağlı Pırasa Kıymalı Makarna Çikolatalı Puding	Patatesli Poğaç Çay
15 Kasım 2022 Salı	Simit, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Şehriye Çorba Çıtır Tavuk Pirinç/Bulgur Pilavı Ayrın	Çorba Misket Köfte Peynirli Sigara Böreği Limonata	Kaşarlı Sandviç, Meyve Suyu
16 Kasım 2022 Çarşamba	Poğaç, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Etli Patates Erişte Makarna Mevsim Salata	Çorba Mantarlı Tavuk Sote Pirinç Pilavı Mandalina	Meyveli Pasta Süt
17 Kasım 2022 Perşembe	Sigara Böreği, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Süzme Mercimek Çorba Karnabahar/Havuç Kzt. Fırın Makarna Yoğurt	Çorba Menemen Peynirli Milföy Börek Komposto	Pudingli Bisküvi, Çay
18 Kasım 2022 Cuma	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Domates Çorba Macar Kebabı Şehriye Pilavı Supangle	Sosisli Sandviç Menü Limonata	Sade Poğaç, Meyve Suyu
19 Kasım 2022 Cumartesi	Menemen, Kaşar Peynir, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Mercimek Çorba Bezelye Yemeği Peynirli Börek Tulumba Tatlısı	Çorba Patlıcan Oturtma Pirinç Pilavı Haydari	Un kurabiyesi, Süt
20 Kasım 2022 Pazar	Simit, Krem Peynir, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Terbiyeli Köfte Fırın Makarna Brokoli Salatası Erik Hoşafı	Çorba Dalyan Köfte-Püre Bulgur Pilavı Mevsim Salata	Zeytinli Poğaç Meyve Suyu
21 Kasım 2022 Pazartesi	Patates Tava, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Bal Süt, Çay	Süzme Mercimek Çorba Nohut Yemeği Pirinç/Bulgur Pilavı Mevsim Salata	Çorba Kıymalı Makarna Karışık Kzt./Yoğurt Etirmek Tatlısı	Ekmek arası Helva Meyve Suyu
22 Kasım 2022 Salı	Poğaç, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Yayla Çorba Kabak Sandal Sefası Erişte Makarna Şekerpare	Tavuk Haşlama Pirinç Pilavı Mevsim Salata Mevsim Meyve	Çikolatalı Pasta Süt
23 Kasım 2022 Çarşamba	Simit, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Şehriye Çorba Mantarlı Et Sote Pirinç/Bulgur Pilavı Mevsim Salata	Çorba Köfte/Patates Kzt. Mevsim Salata Limonata	Fındıklı Kek Çay

24 Kasım 2022 Perşembe	Patatesli Börek, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Süzme Mercimek Çorba Karnabahar/Havuç Kzt. Fırın Makarna Yoğurt	Çorba Etli Nohut Bulgur Pilavı Turşu	Kakaolu Kek, Meyve Suyu
25 Kasım 2022 Cuma	Açma, Kaşar Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Tavuk Döner/Pilav Mevsim Salata Ayrın	Çorba Etli Mantı Sos/Yoğurt Maş Fasulyesi Salatası Mandalina	Bisküvili Pasta Süt
26 Kasım 2022 Cumartesi	Sigara Böreği, Krem Peynir, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Kremalı Mantar Çorba Patates Oturtma Peynirli Makarna Mevsim Salata	Çorba Zeytinyağlı Barbunya Bulgur Pilavı Mevsim Salata	Simit, Çay
27 Kasım 2022 Pazar	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Tavuk Haşlama Pirinç Pilavı Mevsim Salata Sütlü İrmik Tatlısı	Köylüm Çorba Kabak Sandal Sefası Milföy Böreği Meyve Suyu	Susamlı Çubuk Meyve Suyu
28 Kasım 2022 Pazartesi	Simit, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Toyga Çorba Pat. Havuçlu Barbunya Pirinç/Bulgur Pilavı Salata	Alipaşa Köfte Spagetti Makarna/Ketçap Mevsim Salata Yoğurt	Kaşarlı-Y. Biberli Sandviç, Meyve Suyu
29 Kasım 2022 Salı	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Mercimek Çorba Kayseri Köfte Şehriye Pilavı Cacık	Çorba Ispanak Yemeği Cevizli Erişte Elma	Fındıklı Kurabiye, Süt
30 Kasım 2022 Çarşamba	Menemen, Kaşar Peynir, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt Çay	Şehriye Çorba Tavuk Şnitzel/Pat. Kzt. Mevsim Salata Ayrın	Çorba Nohut Yemeği Pirinç Pilavı Mevsim Salata	Peynirli Börek, Meyve Suyu

İsmet ÖZDEMİR
Yemekhane Sorumlusu

Ersan AKCAALAN
Yardımcı Personel Şefi

Hulusi AYDIN
Muhasebe Sorumlusu

Aysun ELİCEK
Ortaokul Müdür Yardımcısı

Kerim BARÇIN
Okul Müdürü