

Beslenme Dostu Okul



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



Tarih	Sabah	Öğle	İkinci Kahvaltısı
01 Mart 2023 Çarşamba	Poğaç, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Köylüm Çorba Kuru Fasulye Pirinç/Bulgur Pilavı Salata	Havuç-Salatalık Dilimleri, Bisküvi
02 Mart 2023 Perşembe	Yumurtalı ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil- Siyah), Helva	Domates Çorba Sebzeli Köfte Cevizli Erişte Supangle	Portakallı Kek, Süt
03 Mart 2023 Cuma	Tost, Ceviz, Süt, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Göbü İçi Et Döner Menü	Meyve, Bisküvi
HAFTASONU TATİLİ			
06 Mart 2023 Pazartesi	Tahin-pekmezli ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz- Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Süzme Mercimek Çorba Karnabahar/Havuç Kzt. Salçalı Makarna Yoğurt	Mısır Gevreği, Süt
07 Mart 2023 Salı	Haşlanmış yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil- Siyah), Helva	Tavuk Haşlama Pirinç/Bulgur Pilavı Mevsim Salata Ayrar	Puding
08 Mart 2023 Çarşamba	Açma, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Mercimek Çorba Kadınbudu Köfte (Püre) Salata Haşhaşlı Revani	Peynirli Börek, Ayrar
09 Mart 2023 Perşembe	Patatesli yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil- Siyah), Helva	Tarhana Çorba Nohut Yemeği Pirinç/Bulgur Pilavı Cacık	Un Kurabiyesi, Meyve Suyu

10 Mart 2023 Cuma	Pişi, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Mangal Menü	Meyve, Bisküvi
HAFTASONU TATİLİ			
13 Mart 2023 Pazartesi	Çikolatalı ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Süzme Mercimek Çorba Etli Mantı(Sos/Yoğurt) Brokoli Salatası Tulumba Tatlısı	Starbucks Kurabiye, Ihlamur
14 Mart 2023 Salı	Sucuklu omlet, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Keşkek Çorba Yumurtalı Ispanak Sade Spagetti/Ketçap Yoğurt	Sigara Böreği, Meyve Suyu
15 Mart 2023 Çarşamba	Simit, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Köylüm Çorba Rosto Köfte/Püre Kısır Meyve	Cupcake, Muzlu Süt
16 Mart 2023 Perşembe	Yumurtalı ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Düğün Çorba Kuru Fasulye Pirinç /Bulgur Pilavı Turşu	Milföy Böreği, Ayran
17 Mart 2023 Cuma	Gözleme, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Tavuk Döner Menü	Meyve, Bisküvi
HAFTASONU TATİLİ			
20 Mart 2023 Pazartesi	Krem peynirli ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Süzme Mercimek Çorba Karışık Dolma(Yoğurt) Sigara Böreği Mevsim Meyve	Ağlayan Pasta, Limonata
21 Mart 2023 Salı	Kaşarlı omlet, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Krm. Mantar Çorba İzmir Köfte Bolonez Soslu Makarna Bisküvili Pasta	Havuç-Salatalık Dilimleri, Kraker
22 Mart 2023 Çarşamba	Poğaç, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Şehriye Çorba Çıtır Tavuk (Pilav) Mevsim Salata Ayran	Bisküvili Pasta, Meyve Suyu

23 Mart 2023 Perşembe	Haşlanmış yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Ezogelin Çorba Ispanak Yemeği(Yoğurt) Kıymalı Börek Sütlaç	Sandviç, Ayrar
24 Mart 2023 Cuma	Tost, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Hamburger Menü	Meyve, Bisküvi
HAFTASONU TATİLİ			
27 Mart 2023 Pazartesi	Reçelli ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Tarhana Çorba Nohut Yemeği Tavuklu Bulgur Pilavı Cacık	Mozaik Pasta, Meyve Suyu
28 Mart 2023 Salı	Peynirli omlet, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Terbiyeli Köfte Fırın Makarna Kısır Mevsim Meyve	Poğaç, Ayrar
29 Mart 2023 Çarşamba	Açma, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Şehriye Çorba Piliç Kızartma(Pilav) Mevsim Salata Ayrar	Mısır Gevreği, Süt
30 Mart 2023 Perşembe	Patatesli yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Mercimek Çorba Pırasa Yemeği Spagetti Makarna Haşhaşlı Revani	Kurabiye, Çikolatalı Süt
31 Mart 2023 Cuma	Pişi, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Sosisli Sandviç Menü	Meyve, Bisküvi

İsmet ÖZDEMİR
Yemekhane Sorumlusu

Ersan AKCAALAN
Yardımcı Personel Şefi

Hulusi AYDIN
Muhasebe Sorumlusu

Aysun ELİCEK
Ortaokul Müdür Yardımcısı

Kerim BARÇIN
Okul Müdürü