



**ARALIK / 2023**

      

ARALIK 1.HAFTA

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| GÜN | SABAH | ÖĞLEN |
| PAZARTESİ | Simit, kaşarpeyniri, karışık zeytin, bitki çayı | Tarhana çorbası, kıtır ekmek, meyve |
| SALI | Haşlanmış yumurta, peynir, havuç, süt | Makarna, yoğurt |
| ÇARŞAMBA | Pişi, kaşar peyniri, zeytin, bitki çayı | Barbunya, pilav |
| PERŞEMBE | Peynir, zeytin, havuç,helva, bitki çayı | Patates salatası, ayran |
| CUMA | Omlet, reçelli ekmek, peynir, süt | Börek, meyve |

ARALIK 2.HAFTA

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| GÜN | SABAH | ÖĞLEN |
| PAZARTESİ | Peynir, yeşil zeytin, havuç, bitki çayı | Erişte, yoğurt |
| SALI | Tavuk suyuna çorba, kıtır ekmek, meyve | Pilavüstü tavuk |
| ÇARŞAMBA | Patatesli yumurta, peynir, zeytin, bitki çayı | Ispanak yemeği, yoğurt |
| PERŞEMBE | Poğaça, peynir, zeytin, bitki çayı | Nohut, bulgur pilavı |
| CUMA | Haşlanmış yumurta, zeytin, peynir, süt | Yayla çorbası, kıtır ekmek, meyve |

ARALIK 3.HAFTA

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| GÜN | SABAH | ÖĞLEN |
| PAZARTESİ | Haşlanmış yumurta, peynir, zeytin, süt | Patates yemeği, ayran |
| SALI | Reçelli Krep, havuç, peynir, bitki çayı | Karnabahar yemeği, makarna |
| ÇARŞAMBA | Labneli ekmek, havuç, zeytin, bitki çayı | Kuru fasulye, pilav |
| PERŞEMBE | Mercimek çorbası, kıtır ekmek, meyve | Fırın makarna, havuç |
| CUMA | Tahinpekmezli ekmek, kaşar peyniri, zeytin, bitkiçayı | Fırında patates, ayran |

ARALIK 4.HAFTA

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| GÜN | SABAH | ÖĞLEN |
| PAZARTESİ | Karışık tost, süt | Sebze çorbası, kıtır ekmek,meyve |
| SALI | Haşlanmış yumurta, zeytin, peynir, süt | Makarna, ayran |
| ÇARŞAMBA | Ballı ekmek, kaşar peyniri, karışık zeytin, bitki çayı | Bezelye yemeği, yoğurt |
| PERŞEMBE | Yumurtalı ekmek, peynir, zeytin, bitki çayı | Türlü, pilav |
| CUMA | Peynir, yeşil zeytin, havuç, helva, bitki çayı | Yoğurt çarbası, kıtır ekmek, meyve |