

PANSİYONLU OKUL EKİM AYI ÖRNEK YEMEK LİSTESİ

TARİH	SABAHA	ÖĞLE	AKŞAM	İKİNDİ
1 EKİM 2023 PAZAR	Haşlanmış yumurta Yeşil zeytin Meyve suyu Sögüş (sebze)	Karnabahar yemeği Peyirli börek Turşu Sütlü tatlı	Mercimek çorbası Tavuk kavurma Bulgur pilavı Mevsim salata	Muz Elma
2 EKİM 2023 PAZARTESİ	Tost Siyah zeytin Sögüş (sebze) Süt	Tarhana çorbası Kadınbudu köfte Karışık kızartma Yoğurt	Tarhana çorbası Zeytinyağlı pırasa yemeği Pirinç pilavı Meyve	Simit Çay
3 EKİM 2023 SALI	Menemen Beyaz peynir Yeşil zeytin Ihlamur / Açık çay	Havuç çorbası Fırın tavuk baget Soslu spagetti Çoban salata	Havuç çorbası Et sote Kuskus pilavı Turşu	Bisküvi Süt
4 EKİM 2023 ÇARŞAMBA	Pankek Tahin-pekmez Siyah zeytin Süt	Sebze çorbası Nohut yemeği Bulgur pilavı Turşu	Ispanak yemeği Erişte Cacık Meyve	Kalem böreği Ayrın
5 EKİM 2023 PERŞEMBE	Haşlanmış yumurta Fırında patates kızartması Sögüş (sebze) Meyve suyu	Brokoli çorbası Macar gulaş Pirinç pilavı Kış salata	Şehriye çorbası Kıymalı kabak yemeği Peyirli milföy börek Yoğurt	Portakal Patlamış mısır
6 EKİM 2023 CUMA	Kaşar peynir Açma Siyah zeytin Süt	Domates çorbası Tavuk sote Karışık kızartma Haydari	Domates çorbası Etlı sebze yemeği Bulgur pilavı Meyve	Bisküvi Çay
7 EKİM 2023 CUMARTESİ	Lor peynirli omlet Reçel-tereyağ Sögüş (sebze) Ihlamur / Açık çay	Mercimek çorbası Hasanpaşa köftesi Pirinç pilavı Çoban salata	Mercimek çorbası Fırın sebze graten Soslu spagetti Yoğurt	Simit Ayrın
8 EKİM 2023 PAZAR	Beyaz peynirli sandviç Yeşil zeytin Kuru meyve Süt	Tarhana çorbası Pırasa yemeği Peyirli kalem börek Kabak tatlısı	Tarhana çorbası Karnıyarık Bulgur pilavı Mevsim salata	Galeta Ayrın

YAZILAN MENÜDE MEYVE SEBZELERİ MALİYET OLARAK UYGUN OLANLARDAN TERCİH EDİP DEĞİŞTİREBİLİRSİNİZ.

9 EKİM 2023 PAZARTESİ	Patatesli yumurta Söğüş(sebze) Kuru yemiş-kuru üzüm Ihlamur çayı/Açık çay	Etlibeze yemeği Erişte Ayran Tahin helvası	Mahluta çorbası Zeytinyağlı biber dolma Yoğurt Meyve	Meyve Kuruyemiş
10 EKİM 2023 SALI	Fırında patates kızartması Siyah zeytin Bal-tereyağ Süt	Un çorbası Tavuk haşlama Domatesli bulgur pilavı Mevsim salata	Un çorbası Et sote Fırında karışık sebze kızartma Haydari	Kek Bitki çayı
11 EKİM 2023 ÇARŞAMBA	Krep Süzme peynir Söğüş(sebze) Açık çay	Tavuk suyu çorbası Barbunya pilaki Pirinç pilavı Turşu	Ezogelin çorbası Tavuk kavurma Soslu spagetti Havuç tarator	Sandviç (peynir, domates, yeşillik)
12 EKİM 2023 PERŞEMBE	Kaşarlı tost Yeşil zeytin Dilimlenmiş havuç Böğürtlen çay	Domates çorbası Kasap köfte Bulgur pilavı Yoğurt	Sebzeli türlü Erişte Cacık Meyve	Meyve
13 EKİM 2023 CUMA	Menemen Beyaz Peynir Siyah zeytin Ihlamur çayı	Tavuk döner Karışık kızartma Ayran Tahin helvası	Havuç çorbası Çoban kavurma Kuskus pilavı Akdeniz salatası	Kuru üzüm Leblebi
14 EKİM 2023 CUMARTESİ	Lor peynirli milföy börek Söğüş (sebze) Meyve Açık çay	Mahluta çorbası Etlibiber dolma Yoğurt Meyve	Mahluta çorbası Kuru köfte Mücver Havuç tarator	Bisküvi Süt
15 EKİM 2023 PAZAR	Krem peynir Simit Yeşil zeytin Süt	Domates çorbası İmambayıldı Pirinç pilavı Cacık	Domates çorbası Tavuk şinitel Meyhane pilavı Karışık salata	Elma Kraker
16 EKİM 2023 PAZARTESİ	Krep Süzme peynir Reçel-tereyağ Meyve çayı	Etlitürlü Erişte Ayran Ayva tatlısı	Mercimek çorbası Lahana kapuska yemeği Karışık kızartma Yoğurt	Galeta Çay
17 EKİM 2023 SALI	Beyaz peynir Siyah zeytin Söğüş(sebze) Açık çay	Tarhana çorbası Fırın tavuk baget Peynirli makarna Çoban salata	Tarhana çorbası Karnabahar kızartma Haydari Meyve	Simit Ayran
18 EKİM 2023 ÇARŞAMBA	Haşlanmış yumurta Fırında patates Yeşil zeytin Süt	Kuru fasulye Bulgur pilavı Turşu Kabak tatlısı	Mercimek çorbası Tavuk şinitel Soslu spagetti Havuç tarator	Meyve Kuruyemiş

19 EKİM 2023 PERŞEMBE	Üçgen peynir Siyah zeytin Simit Meyve çayı	Ezogelin çorbası Kıymalı ispanak Soslu makarna Yoğurt	İmambayıldı Pirinç pilavı Cacık Meyve	Helva Ekmek
20 EKİM 2023 CUMA	Menemen Kaşar peynir Bal-tereyağ Süt	Kremalı mantar çorba Kadınbuduköfte Karışık kızartma Mevsim salata	Kremalı mantar çorba Zeytinyağlı sebze yemeği Peynirli makarna İrmik helvası	Muz Süt
21 EKİM 2023 CUMARTESİ	Beyaz peynirli sandviç Söğüş(sebze) Yeşil zeytin Ihlamur çayı	Tavuk kavurma Mücver Ayrın Puding	Mahluta çorbası Tavuk nugget Fırında patates Haydari	Meyve Kuruyemiş
22 EKİM 2023 PAZAR	Haşlanmış yumurta Krem peynir Simit Açık çay	Mercimek çorba Zeytinyağlı biber dolma Yoğurt Meyve	Mercimek çorbası Et sote Bulgur pilavı Turşu	Sandviç (peynir, domates, yeşillik)
23 EKİM 2023 PAZARTESİ	Pankek Siyah zeytin Reçel-tereyağ Süt	Tarhana çorbası Tavuk roti Şehriyeli pirinç pilavı Kış salata	Tarhana çorbası Kıymalı sebze yemeği Soslu makarna Meyve	Simit Çay
24 EKİM 2023 SALI	Lor peynirli omlet Söğüş(sebze) Yeşil zeytin Açık çay	Yayla çorbası İzmir köfte Bulgur pilavı Turşu	Yayla çorbası Mücver Haydari Şekerpare	Bisküvi Süt
25 EKİM 2023 ÇARŞAMBA	Tost Söğüş havuç dilimleri Bal-tereyağ Süt	Yeşil mercimek yemeği Erişte Yoğurt Ayva tatlısı	Tavuk sote Pirinç pilavı Akdeniz salata Ayrın	Portakal Patlamış mısır
26 EKİM 2023 PERŞEMBE	Peynirli milföy börek Siyah zeytin Kuru üzüm Meyve çayı	Et haşlama Soslu spagetti Cacık Tahin helva	Kıymalı börek Zeytinyağlı sebze yemeği Yoğurt Hoşaf	Kalem böreği Ayrın
27 EKİM 2023 CUMA	Krep Reçel-tereyağ Söğüş(sebze) Açık çay	Zeytinyağlı patlıcan yemeği Bulgur pilavı Haydari Meyve	Domates çorbası Fırında tavuk but Erişte Mevsim salatası	Kuru üzüm Leblebi
28 EKİM 2023 CUMARTESİ	Haşlanmış yumurta Siyah zeytin Simit Ihlamur çayı	Ezogelin çorbası Tavuklu garnitür Karışık kızartma Yoğurt	Kıymalı sebze yemeği Soslu makarna Ayrın Turşu	Helva Ekmek
29 EKİM 2023 PAZAR	Krem peynir Yeşil zeytin Söğüş(sebze) Süt	Mercimek çorbası İzmir köfte Pirinç pilavı Karışık salata	Karnabahar yemeği Peynirli börek Yoğurt Meyve	Kuruyemiş