



Ekim 2018 YEMEK LİSTESİ

01 EKİM 2018 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI
BEYAZ PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
TAHİN PEKMEZ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
TAVUK SUYU ÇORBA
GEM.USULU KURU FASULYE
TEREYAĞLI PİRİNÇ PİLAVI
CACIK

İKİNDİ YEMEĞİ
VANİLYALI KEK
MEYVE ÇAYI

02 EKİM 2018 Salı

SABAH KAHVALTISI
KREM PEYNİR
BAL
TEREYAĞ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
MEYVE ÇAYI

ÖĞLE YEMEĞİ
KR. DOMATES ÇORBA
SEBZELİ MİTİTE KÖFTE
SOSLU MAKARNA
AKDENİZ SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ
TUZLU KURABİYE
SÜT

03 EKİM 2018 Çarşamba

SABAH KAHVALTISI
PATATESLİ OMLET
SARELLE
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
BEYRAN ÇORBA
BEZELYE
FRİK PİLAV
ORALETLİ CUP

İKİNDİ YEMEĞİ
SEBZELİ MİNİ PIZZA
AYRAN

04 EKİM 2018 Perşembe

SABAH KAHVALTISI
KAŞAR PEYNİR
REÇEL
TEREYAĞ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
IHLAMUR

ÖĞLE YEMEĞİ
NANELİ YOĞURT ÇORBA
ÇİFTLİK KEBAP
DOMATES SOSLU MAKARNA
VIŞNE KOMPOSTO

İKİNDİ YEMEĞİ
SOSLU KEK
EV YAPIMI LİMONATA

05 EKİM 2018 Cuma

SABAH KAHVALTISI
ÜÇGEN PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
SÖĞÜŞ SALATALIK
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
ANTEP ÇORBA
TAVUK HAŞLAMA
SEBZELİ PİRİNÇ PİLAVI
MEYVE

İKİNDİ YEMEĞİ
MİNİ SİMİT
AYRAN

08 EKİM 2018 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI
KAŞAR PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
HELVA
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
EZOGELİN ÇORBA
MANTI SOSLU & YOĞURT
Z.Y BARBUNYA PLAKI
MEYVE

İKİNDİ YEMEĞİ
PATATESLİ KALEM BÖREK
AYRAN

09 EKİM 2018 Salı

SABAH KAHVALTISI
BEYAZ PEYNİR
REÇEL
TEREYAĞ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
KUŞBURNU

ÖĞLE YEMEĞİ
ÇİFTLİK ÇORBA
SAHAN KÖFTE
ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI
SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ
LİMONLU KEK
SÜT

10 EKİM 2018 Çarşamba

SABAH KAHVALTISI
KALEM BÖREK
TAHİN PEKMEZ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
MERCİMEK ÇORBA
FİRINDA GÜVEÇ
PEYNİRLİ MAKARNA
ÇİKOLATALI MAGNOLYA

İKİNDİ YEMEĞİ
ÇÖREKOTLU KURABİYE
MEYVE ÇAYI

11 EKİM 2018 Perşembe

SABAH KAHVALTISI
ÜÇGEN PEYNİR
BAL
TEREYAĞ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
MEYVE ÇAYI

ÖĞLE YEMEĞİ
KR. TAVUK ÇORBA
YEŞİL MERCİMEK
ERİŞTE
HAVUÇ TARATOR

İKİNDİ YEMEĞİ
ZEBRA KURABİYE
SÜT

12 EKİM 2018 Cuma

SABAH KAHVALTISI
BEYAZ PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
JULYAN HAVUÇ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
ANADOLU ÇORBA
PİLİÇ FAJİTA
SEBZELİ PİRİNÇ PİLAVI
AYRAN

İKİNDİ YEMEĞİ
MİNİ AÇMA
EV YAPIMI LİMONATA

15 EKİM 2018 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI
ÜÇGEN PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
SARELLE
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
DÜĞÜN ÇORBA
NOHUT
ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI
KARIŞIK TURŞU

İKİNDİ YEMEĞİ
KAKAOLU KEK
EV YAPIMI LİMONATA

16 EKİM 2018 Salı

SABAH KAHVALTISI
KAŞAR PEYNİR
REÇEL
TEREYAĞ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
MEYVE ÇAYI

ÖĞLE YEMEĞİ
SEBZE ÇORBA
İZMİR KÖFTE
PEYNİRLİ MAKARNA
ÜZÜM KOMPOSTO

İKİNDİ YEMEĞİ
SUSAMLI KURABİYE
MEYVE

17 EKİM 2018 Çarşamba

SABAH KAHVALTISI
PEYNİRLİ OMLET
TAHİN PEKMEZ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
ANDÜLÜS ÇORBA
SEBZELİ PATATES GRATEN
BULGUR PİLAVI
YOĞURT

İKİNDİ YEMEĞİ
BROWNİ
KUŞBURNU ÇAYI

18 EKİM 2018 Perşembe

SABAH KAHVALTISI
BEYAZ PEYNİR
BAL
TEREYAĞ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
IHLAMUR

ÖĞLE YEMEĞİ
DOMATES ÇORBA
FİRINDA PİLİÇ BAGET
SOSLU MAKARNA
AYRAN

İKİNDİ YEMEĞİ
MİNİ ÇATAL
EV YAPIMI LİMONATA

19 EKİM 2018 Cuma

SABAH KAHVALTISI
KREM PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
JULYAN SALATALIK
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
MERCİMEK ÇORBA
TAZE FASULYE
MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI
ÇİLEKLİ PUDİNG

İKİNDİ YEMEĞİ
HİNDİSTAN CEVİZLİ KURABİYE
MEYVE ÇAYI

22 EKİM 2018 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI
KAŞAR PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
JULYAN HAVUÇ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
ÇİFTLİK ÇORBA
TAŞ KEBABİ
ALACA PİLAV
KABAK BORANI

İKİNDİ YEMEĞİ
PEYNİRLİ MİNİ POĞAÇA
AYRAN

23 EKİM 2018 Salı

SABAH KAHVALTISI
ÜÇGEN PEYNİR
BAL
TEREYAĞ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
KUŞBURNU

ÖĞLE YEMEĞİ
DÜĞÜN ÇORBA
KURU FASULYE
ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI
KARIŞIK TURŞU

İKİNDİ YEMEĞİ
MEYVELİ KEK
SÜT

24 EKİM 2018 Çarşamba

SABAH KAHVALTISI
KALEM BÖREK
SARELLE
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
DOMATES ÇORBA
TEMPURE SOSLU TAVUK
SEBZELİ MAKARNA
AYRAN

İKİNDİ YEMEĞİ
PEYNİRLİ MİNİ POĞAÇA
MEYVE ÇAYI

25 EKİM 2018 Perşembe

SABAH KAHVALTISI
BEYAZ PEYNİR
REÇEL
TEREYAĞ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
KARIŞIK MEYVE ÇAYI

ÖĞLE YEMEĞİ
EZOGELİN ÇORBA
BEZELYE
PİRİNÇ PİLAVI
TIRAMİSU

İKİNDİ YEMEĞİ
ANNE KURABİYE
SÜT

26 EKİM 2018 Cuma

SABAH KAHVALTISI
KAŞAR PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
SADE HELVA
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
YAYLA ÇORBA
SOSLU FIRIN KÖFTE
ERİŞTE
RENKLİ SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ
ISLAK KEK
MEYVE

29 EKİM 2018 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI
BEYAZ PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
SARELLE
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
IHLAMUR

ÖĞLE YEMEĞİ
EZOGELİN ÇORBA
MANTI SOSLU & YOĞURT
Z.Y SEBZE BUKETİ
MEYVE

İKİNDİ YEMEĞİ
PEYNİRLİ MİNİ SANDVIÇ
AYRAN

30 EKİM 2018 Salı

SABAH KAHVALTISI
BEYAZ PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
SARELLE
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
IHLAMUR

ÖĞLE YEMEĞİ
EZOGELİN ÇORBA
MANTI SOSLU & YOĞURT
Z.Y SEBZE BUKETİ
MEYVE

İKİNDİ YEMEĞİ
PEYNİRLİ MİNİ SANDVIÇ
AYRAN

31 EKİM 2018 ÇARŞAMBA

SABAH KAHVALTISI
SEBZELİ OMLET
TAHİN PEKMEZ
SİYAH.Z & YEŞİL .Z
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ
DOMATESLİ BULGUR ÇORBA
ORMAN KEBAP
ERİŞTE
AKDENİZ SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ
ÜZÜMLÜ KEK
IHLAMUR

DİKKAT!

- Pişen yemeklerden numuneler alınarak 72 Saat Bekletilmektedir.
- Kullanılan gıda ürünleri Türk Gıda Kodeksi, Türk Standartları Enstitüsü kalite belgelerine sahip en kaliteli ürünlerden seçilerek satın alınmaktadır.
- Yemekler hijyen kurallarına uygun araç ve gereçlerle Cihangir Okulları mutfaklarında yapılmaktadır.
- Yemeklerin yapımında kullandığımız sular periyodik analizlerle denetlenmektedir.
- Hazırlanan aylık menüye uyulmakla birlikte gerekli görülen durumlarda yönetim onayı ile değişiklik yapılabilir.



444 56 91
www.cihangir.k12.tr