

TARİH	GÜN	KAHVATI	ÖĞLE	AKŞAM
1 Ara 2021	ÇARŞAMBA	SÜT KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL-TEREYAĞI	EZOĞELİN ÇORBA ETLİ KURU FASULYE BULGUR PİLAVI TURŞU	ŞEHRİYE ÇORBA TAVUK SOTE SOSLU MAKARNA ÇOBAN SALATA
2 Ara 2021	PERŞEMBE	MEYVE SUYU YUMURTA BEYAZ PEYNİR SÖĞÜŞ	DOMATES ÇORBA TAS KEBAP BULGUR PİLAVI MEYVE	MERCİMEK ÇORBA ETLİ TÜRLÜ ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI TURŞU
3 Ara 2021	DÜNYA ENGELLİLER GÜNÜ	ÇAY-ŞEKER SİMİT/POĞAÇA KREM PEYNİR TAHİN-PEKMEZ	MERCİMEK ÇORBA SEBZELİ ET KAVURMA ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI PUDİNG	TAVUK ÇORBA KIYMALI BIBER DOLMA YOĞURT MEYVE
4 Ara 2021	CUMARTESİ	ÇAY-ŞEKER YUMURTA KAŞAR PEYNİR SÖĞÜŞ	EZOĞELİN ÇORBA PATLICAN MUSAKKA ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI CACIK	YAYLA ÇORBA FIRIN TAVUK BULGUR PİLAVI KARIŞIK SALATA
5 Ara 2021	KADIN HAKLARI GÜNÜ	SÜT BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN REÇEL-TEREYAĞI	SULU KÖFTE SOSLU MAKARNA MEVSİM SALATA TURŞU	ETLİ NOHUT ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT MEYVE
6 Ara 2021	PAZARTESİ	ÇAY-ŞEKER YUMURTA YEŞİL ZEYTİN KREM ÇİKOLATA	ŞEHRİYE ÇORBA TAVUK SOTE PİRİNÇ PİLAVI TATLI	YAYLA ÇORBA ÇİFTLİK KEBAP BULGUR PİLAVI MEYVE
7 Ara 2021	SALI	ÇAY-ŞEKER BEYAZ PEYNİR SİYAH ZEYTİN SÖĞÜŞ	MERCİMEK ÇORBA ALABALIK/HELVA SOSLU MAKARNA MEVSİM SALATA	EZOĞELİN ÇORBA İZMİR KÖFTE NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT
8 Ara 2021	ÇARŞAMBA	SÜT KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL-TEREYAĞI	ETLİ KURU FASULYE ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT TURŞU	KELEDOŞ SOSLU MAKARNA MEVSİM SALATA TATLI
9 Ara 2021	PERŞEMBE	MEYVE SUYU YUMURTA BEYAZ PEYNİR SÖĞÜŞ	AYRANAŞI ÇORBA TAVUK DÖNER NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI MEYVE	MERCİMEK ÇORBA KAZAN KEBAP GARNİTÜRLÜ BULGUR PİLAVI CACIK
10 Ara 2021	DÜNYA İNSAN HAKLARI GÜNÜ	ÇAY-ŞEKER SİMİT/POĞAÇA KREM PEYNİR TAHİN-PEKMEZ	DOĞABA SOSLU MAKARNA MEVSİM SALATA TATLI	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI BIBER DOLMA YOĞURT MEYVE
11 Ara 2021	CUMARTESİ	ÇAY-ŞEKER YUMURTA KAŞAR PEYNİR SÖĞÜŞ	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI PIRASA PEYNİRLİ KOL BÖREĞİ YOĞURT	DOMATES ÇORBA FIRINDA SEBZELİ TAVUK BULGUR PİLAVI MEYVE
12 Ara 2021	PAZAR	SÜT BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN REÇEL-TEREYAĞI	ET KAVURMA PİRİNÇ PİLAVI RUS SALATASI PUDİNG	YAYLA ÇORBA FİRINAĞZI ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI MEVSİM SALATA
13 Ara 2021	PAZARTESİ	ÇAY-ŞEKER YUMURTA YEŞİL ZEYTİN KREM ÇİKOLATA	DOMATES ÇORBA PÜRELİ ROSTO KÖFTE BULGUR PİLAVI TATLI	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI FIRIN İSPANAK MAKARNA YOĞURT
14 Ara 2021	SALI	ÇAY-ŞEKER BEYAZ PEYNİR SİYAH ZEYTİN SÖĞÜŞ	ET KAVURMA PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT TURŞU	MİTİT KÖFTE BEZELYE BULGUR PİLAVI KARIŞIK SALATA HOŞAF
15 Ara 2021	ÇARŞAMBA	SÜT KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL-TEREYAĞI	DÜĞÜN ÇORBA ÇİFTLİK KEBAP ERİŞTE MEYVE	DÜĞÜN ÇORBA TAVUK SOTE BULGUR PİLAVI MEVSİM SALATA
16 Ara 2021	PERŞEMBE	MEYVE SUYU YUMURTA BEYAZ PEYNİR SÖĞÜŞ	SULU KÖFTE ERİŞTE YOĞURT MEYVE	KARIŞIK MUSAKKA BULGUR PİLAVI CACIK TATLI
17 Ara 2021	CUMA	ÇAY-ŞEKER SİMİT/POĞAÇA KREM PEYNİR TAHİN-PEKMEZ	MERCİMEK ÇORBA TAVUK KAVURMA MAKARNA TURŞU	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI FIRIN KARNABAHAH SOSLU MAKARNA YOĞURT
18 Ara 2021	CUMARTESİ	ÇAY-ŞEKER YUMURTA KAŞAR PEYNİR SÖĞÜŞ	MERCİMEK ÇORBA İZMİR KÖFTE SOSLU MAKARNA YOĞURT	EZOĞELİN ÇORBA TAS KEBAP BULGUR PİLAVI PUDİNG
19 Ara 2021	PAZAR	SÜT BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN REÇEL-TEREYAĞI	PATLICAN MUSAKKA PİRİNÇ PİLAVI MEVSİM SALATA CACIK	MERCİMEK ÇORBA ANKARA TAVA ZEYTİNYAĞLI PIRASA YOĞURT

20 Ara 2021	PAZARTESİ	ÇAY-ŞEKER YUMURTA YEŞİL ZEYTİN KREM ÇİKOLATA	MERCİMEK ÇORBA HASANPAŞA KÖFTE MAKARNA YOĞURT	DOMATES ÇORBA KIYMALI FIRIN KARNABAHAH MAKARNA HOŞAF
21 Ara 2021	SALI	ÇAY-ŞEKER BEYAZ PEYNİR SİYAH ZEYTİN SÖĞÜŞ	YAYLA ÇORBA ET DÖNER PIRINÇ PİLAVI MEVSİM SALATA	KARNİYARİK BULGUR PİLAVI CACIK MEYVE
22 Ara 2021	SARIKAMIŞ ŞEHİTLERİ ANMA GÜNÜ	SÜT KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL-TEREYAĞI	ETLİ NOHUT BULGUR PİLAVI TURŞU CACIK	DOĞABA SOSLU MAKARNA MEVSİM SALATA TATLI
23 Ara 2021	PERŞEMBE	MEYVE SUYU YUMURTA BEYAZ PEYNİR SÖĞÜŞ	MERCİMEK ÇORBA TAVUK KAVURMA GARNİTÜRLÜ PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT	AYRANAŞI ÇORBA ET SOTE PIRINÇ PİLAVI MEVSİM SALATA
24 Ara 2021	CUMA	ÇAY-ŞEKER SİMİT/POĞAÇA KREM PEYNİR TAHİN-PEKMEZ	TAVUK ÇORBA KIYMALI PIRASA PEYNİRLİ KOL BÖREĞİ MEYVE	MERCİMEK ÇORBA TAVUK ŞİNİTZEL+PATATES KIZARTMA MEYHANE PİLAVI CACIK
25 Ara 2021	CUMARTESİ	ÇAY-ŞEKER YUMURTA KAŞAR PEYNİR SÖĞÜŞ	MERCİMEK ÇORBA ÇİFTLİK KEBAP MEVSİM SALATA YOĞURT	DOMATES ÇORBA ET SOTE PIRINÇ PİLAVI PUDİNG
26 Ara 2021	PAZAR	SÜT BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN REÇEL-TEREYAĞI	KAŞARLI DOMATES ÇORBA PATATES OTURTMA BULGUR PİLAVI MEYVE	ŞEHRİYE ÇORBA KIYMALI FIRIN İSPANAK MAKARNA YOĞURT
27 Ara 2021	PAZARTESİ	ÇAY-ŞEKER YUMURTA YEŞİL ZEYTİN KREM ÇİKOLATA	ETLİ NOHUT ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI TURŞU YOĞURT	PÜRELİ ROSTO ET PIRINÇ PİLAVI MEVSİM SALATA HOŞAF
28 Ara 2021	SALI	ÇAY-ŞEKER BEYAZ PEYNİR SİYAH ZEYTİN SÖĞÜŞ	AYRANAŞI ÇORBA TAVUK DÖNER PIRINÇ PİLAVI MEVSİM SALATA	ŞEHRİYE ÇORBA SEBZELİ FIRIN KÖFTE PIRINÇ PİLAVI CACIK
29 Ara 2021	ÇARŞAMBA	SÜT KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL-TEREYAĞI	KELEDOŞ KARIŞIK KOL BÖREĞİ MEVSİM SALATA TATLI	YAYLA ÇORBA MİSKET TEPŞİ KÖFTE MAKARNA MEYVE
30 Ara 2021	PERŞEMBE	MEYVE SUYU YUMURTA BEYAZ PEYNİR SÖĞÜŞ	ET KAVURMA BULGUR PİLAVI RUS SALATASI PUDİNG	ETLİ KURU FASULYE BULGUR PİLAVI CACIK TURŞU
31 Ara 2021	HER SON BİR BAŞLANGIÇTIR.	ÇAY-ŞEKER SİMİT/POĞAÇA KREM PEYNİR TAHİN-PEKMEZ	EZOĞELİN ÇORBA TAVUK ŞİNİTZEL+PATATES KIZARTMA MEYHANE PİLAVI CACIK	MERCİMEK ÇORBA KARIŞIK DOLMA TATLI YOĞURT

!!! NOT: DİYETİSYEN GEREKLİ DURUMLARDA MENÜDE DEĞİŞİKLİK YAPABİLİR. !!!

**BUĞRA ÖNEM
DİYETİSYEN**

**UZM. DR. AYBALA TOPTAN
BAŞHEKİM**