

AYLIK YEMEK LİSTESİ EYLÜL 2020

	1 EYLÜL 2020 SALI	2 EYLÜL 2020 ÇARŞAMBA	3 EYLÜL 2020 PERŞEMBE	4 EYLÜL 2020 CUMA
	MERCİMEK ÇORBASI(115 KCAL)-DOMATES ÇORBA(189 KCAL) ETLİ KURU FASULYE (350 KCAL) PİRİNÇ PİLAVI(330 KCAL) PUDİNG(240 KCAL) MAKARNA SALATASI(200)-CACIK(120)	SEBZE ÇORBASI(140)-EZOGELİN ÇORBASI(173) SOSLU ŞNİTZEL/P.KIZARTMASI(350 KCAL) ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI(330 KCAL) AYRAN(100 KCAL) KARPUZ(50)-KISIR(324)	ŞEHRİYE ÇORBASI(115)-SÜTLÜ KEŞKEK ÇORBASI(180) Z.Y. TAZE FASULYE (200 KCAL) ETLİ ÖZBEK PİLAVI(330 KACL) CACIK(120 KCAL) MEYVE(50)-ÇOBANSALATA(100)	TAVUK SUYU ÇORBASI(115)-YÖRÜK ÇORBA(175) ET SOTE(317KCAL) BULGUR PİLAVI(290 KCAL) KAVUN-KARPUZ(50 KCAL) YAZ SALATASI(100)-MERCİMEK KÖFTESİ(130)
7 EYLÜL 2020 PAZARTESİ	8 EYLÜL 2020 SALI	9 EYLÜL 2020 ÇARŞAMBA	10 EYLÜL 2020 PERŞEMBE	11 EYLÜL 2020 CUMA
YÖRÜK ÇORBASI(175)-MERCİMEK ÇORBASI(115) KADINBUDU KÖFTE(410 KCAL) MAKARNA(290 KCAL) ELMA KOMPOSTOSU(190 KCAL) YAZ SALATASI(100)- HAYDARI(200)	SEBZE ÇORBASI(140)-ŞEHRİYE ÇORBASI(115) FIRIN PATATES(250 KCAL) PEYNİRLİ KOL BÖREĞİ(250 KCAL) YOĞURT(100 KCAL) KOMPOSTO(190)-MEVSİM SALATASI(100)	SÜTLÜ KEŞKEK ÇOR(180)-EZOGELİN ÇORBA(173) TAVUK KAVURMA(350 KCAL) BULGUR PİLAVI(290 KCAL) AYRAN(100 KCAL) MAKARNA SALATASI(200)-MEYVE(50)	TAVUKSUYU ÇOR.(115)-SARAY ÇORBASI(115) ETLİ NOHUT(280 KCAL) PİRİNÇ PİLAVI(330 KCAL) CACIK(120 KCAL) MEYVE(50)-YAZ SALATASI	AYRAN AŞI ÇORBA(172)-DOMATES ÇORBASI(189) ORMAN KEBABI(286 KCAL) CEVİZLİ ERİŞTE(290 KCAL) KAVUN -KARPUZ(50 KCAL) ÇOBAN SALATA(100)-HAYDARI(200)
14 EYLÜL 2020 PAZARTESİ	15 EYLÜL 2020 SALI	16 EYLÜL 2020 ÇARŞAMBA	17 EYLÜL 2020 PERŞEMBE	18 EYLÜL 2020 CUMA
EZOGELİN ÇORBA(173)-KEŞKEK ÇORBASI(180) MİSKET KÖFTE(375 KCAL) SPAGETTİ(290 KCAL) ŞEKERPARE(283 KCAL) HAYDARI(200)-RUS SALATASI(220)	YAYLA ÇORBASI(115)-MERCİMEK ÇORBASI(115) FIRIN BAGET(260 KCAL) YEŞ.MER.BULGUR PİLAVI(290 KCAL) KOMPOSTO(190 KCAL) MEYVE(50)-ACILI EZME(80)	SEBZE ÇORBASI(140)-SARAY ÇORBASI(115) Z.Y. BARBUNYA(280 KCAL) MENGİN PİLAVI(330 KCAL) CACIK(120 KCAL) KARPUZ(50)-MEVSİM SALATA(100)	KREMALI MANTAR ÇORB(185)-ŞEHRİYE ÇORBA(115) PATLICAN MUSAKKA (215 KCAL) BULGUR PİLAVI(330 KCAL) YOĞURT(100 KCAL) MEYVE(50)-ÇOBANSALATA(100)	TAVUKSUYU ÇOR(115)-DOMATES ÇORBASI(189) ET DÖNER (380 KCAL) PİRİNÇ PİLAVI(330 KCAL) MEYVE SUYU(120 KCAL) YAZ SALATASI(100)-MERCİMEK KÖFTESİ(130)
21 EYLÜL 2020 PAZARTESİ	22 EYLÜL 2020 SALI	23 EYLÜL 2020 ÇARŞAMBA	24 EYLÜL 2020 PERŞEMBE	25 EYLÜL 2020 CUMA
TARHANA ÇORBASI(185)-ERİŞTE ÇORBASI(175) ROSTO KÖFTE(410 KCAL) SEBZELİ PİRİNÇ PİLAVI(330 KCAL) BAKLAVA(288 KCAL) MEVSİM SALATA(100)-HAYDARI(200)	ŞEHRİYE ÇORBASI(115)-MERCİMEK ÇORBASI(115) KARIŞIK DOLMA(220 KCAL) MAKARNA(290 KCAL) CACIK(120 KCAL) MEVSİM SALATA(100)-PIYAZ(135)	SARAY ÇORBASI(115)-DÜĞÜN ÇORBASI(180) MANTARLI TAVUK SOTE(350 KCAL) PİRİNÇ PİLAVI(330 KCAL) AYRAN(100 KCAL) ARPA ŞEHRİYE SALATASI(100)-MEYVE(50)	YAYLA ÇORBASI(115)-EZOGELİN ÇORBASI(173) ETLİ BEZELYE(166 KCAL) ERİŞTE(290 KCAL) İRMİK HELVASI(262 KCAL) RUS SALATA(220)-KOMPOSTO(190 KCAL)	DOMATES ÇORBA(189)-AYRAN AŞI ÇORBASI(172) ŞEHRİYELİ GÜVEÇ(311 KCAL) KARIŞIK KIZARTMA(166 KCAL) YOĞURT(100 KCAL) MAKARNA SALATASI(200)-MEYVE(50)
28 EYLÜL 2020 PAZARTESİ	29 EYLÜL 2020 SALI	30 EYLÜL 2020 ÇARŞAMBA		
ETLİ KEŞKEK ÇORB(185)-MERCİMEK ÇORBA(175) ÇİFTLİK KÖFTE(375 KCAL) SOSLU MAKARNA(290 KCAL) KAYISI KOMPOSTO(190 KCAL) MEVSİM SALATA(100)-HAYDARI(200)	SEBZE ÇORBASI(140)-ETLİ KEŞKEK ÇORBA(180) ETLİ MEVSİM TÜRLÜ(280 KCAL) MAKARNA(290 KCAL) BAKLAVA(288 KCAL) MEVSİM SALATA(100)-YOĞURT(100)	SÜTLÜ KEŞKEK ÇOR(180)-EZOGELİN ÇORBA(173) TAVUK DÖNER(380 KCAL) ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI(330 KCAL) AYRAN(100 KCAL) KARIŞIK TURŞU-KAVUN		

TUĞBA DAYIOĞLU ŞEN

MUAYENE VE KABUL KOMİSYONU
ARŞ. GÖR. EMEL AKTAŞ

ÖMER FARUK TUNÇ

TESİSLER SUBE MÜDÜRÜ V.
VELİ DEMİRTAŞ**SAĞLIK KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKANI**
BÜNYAMİN GÜN**UYGUNDUR**
PROF.DR. MUSTAFA YAŞAR