AYLIK YEMEK LİSTESİ

Doküman No	L-PR-07-08
Yayın Tarihi	10.09.2018
Revizyon No - Revizyon Tarihi	00/-
Sayfa No	1

İLGİLİ AY / YIL : EYLÜL / 2020 — **ÖĞÜN : ÖĞLE**

PAZARTESİ	Kalori	SALI	Kalori	ÇARŞAMBA	Kalori	PERŞEMBE	Kalori	CUMA	Kalori	CUMARTESİ	Kalori
		1.09.2020	743	2.09.2020	865	3.09.2020	824	4.09.2020	994		
		Soğuk Çorba	205	Domates Çorba	163	Soğuk Çorba	205	Ezogelin Çorbası	227		
		Sulu Köfte	268	Karnıyarık	324	Kadınbudu Köfte	405	Fırrında Patatesli Tavuk	380		
		Peynirli Makarna	270	Pirinç Pilavı	273	Patates Graten	169	Pirinç Pilavı	273		
		Tatlı	-	Cacık	105	Mevsim Salata	45	Yoğurt	114		
7.09.2020	815	8.09.2020	823	9.09.2020	860	10.09.2020	844	11.09.2020	704		
Şehriye Çorba	186	Domates Çorba	163	Yayla Çorba	192	Mercimek Çorba	209	Tarhana Çorba	151		
Çıtır Mezgit + Patates Kızartması	388	Patlıcan Kebap	282	İzmir Köfte	385	Biber Dolması	262	Mantarlı Tavuk Sote	254		
Salata	45	Pirinç Pilavı	273	Makarana	229	Peynirli Börek	259	Bulgur Pilavı	254		
Helva	196	Cacık	105	Mürdüm Eriği	54	Yoğurt	114	Salata	45		
14.09.2020	689	15.09.2020	763	16.09.2020	771	17.09.2020	858	18.09.2020	837		
Ezogelin Çorba	136	Tarhana Çorba	151	Mercimek Çorba	137	Domates Çorba	95	Soğuk Çorbası	205		
Mantı	322	Kıymalı Taze Fasulye	234	Karışık Pizza + Fırın Patates	430	Tavuk Sarma	450	Kaşarlı Köfte	364		
Fasulye Diplesi	130	Pirinç Pilavı	273	Yoğurtlu Sebze Kızartma	204	Mücver	199	Patates Graten	169		
Kavun	101	Cacık	105	Tatlı		Yoğurt	114	Bezelye Kavurması	99		
21.09.2020	856	22.09.2020	796	23.09.2020	609	24.09.2020	820	25.09.2020	886		
Şehriye Çorba	186	Soğuk Çorba	205	Domates Çorbası	95	Tutmaç Çorba	195	Ezogelin Çorba	136		
İskender	476	İslim Kebabı	308	Sulu Köfte	285	Biber Dolması	262	Schnitzel + Patates Salatası	417		
Bulgur Pilavı	149	Patates Graten	169	Makarna	229	Peynirli Gül Böreği	259	Erişte	269		
Mevsim Salata	45	Gavurdağ Salata	114	Tatlı		Üzüm	104	Ayran	64		
28.09.2020	621	29.09.2020	880	30.09.2020	515						
Domates Çorbası (Kroton)	163+68	Tarhana Çorba	201	Yayla Çorba	192						
Etli Taze Fasulye	234	Beyti	489	Yufka Kebabı	278						
Pirinç Pilavı	273	Mercimek Köfte	190	Mevsim Salata	45						
Yoğurt	114	Meyve	-	Tatlı							

TURGUT KİBAR Ortaokul ve Lise Müdürü	BURCU GÜLSOY İlkokul Müdürü	SEZA MELEK İdari Müdür	SÜMEYYE ÇAĞLAR Diyetisyen / Gıda Müdendisi