

## OCAK 2018 YEMEK LİSTESİ

	<b>KAHVALTI</b>	<b>ÖĞLE</b>	<b>AKŞAM</b>
01.01.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	Terbiyeli Et Haşlama(350kal) Meyhane Pilavı(330kal) Mevsim Salata(100kal)	Mantı(360kal) Z.Y. Pırasa(220kal) Mandalina (100kal)
02.01.2018 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah Zeytin	Etlı Nohut(350kal) Şeh.Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Karışık Izgara/Rus Salatası(400kal) Köylü Çorba(180kal) Tulumba Tatlısı(500kal)
03.01.2018 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Dalyan Köfte/Pat. Püre(350kal) Kremalı sebze Çorba(180kal) Ayva Tatlısı(300kal)	Kıymalı Karnabahar(250kal) Soslu Makarna(330kal) Muz(150kal)
04.01.2018 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr. çikola-Yeşil zeytin	Etlı Taze Fasülye(250kal) Patatesli Gül Böreği(420kal) Karışık Komposto(180kal)	Çoban kavurma/Pirinç pilavı(550kal) Şehriye Çorba(180kal) Şekerpare(400kal)
05.01.2018 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Yağ	Tavuk pırzola/Pat. Salatası(420kal) Ezogelin Çorba(180kal) Elma (100kal)	Etlı Bezelye(250kal) Y.M. Bulgur Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)
06.01.2018 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva.-Siyah Zeytin	Kıymalı Ispanak/Yoğurt(300kal) Cevzli Erişte(380kal) Portakal(100kal)	Izgara Köfte/Piyaz(350kal) Kıt. Ek. Domates Çorba(180kal) Revani(400kal)
07.01.2018 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Şehriye Güveci(390kal) Yoğurtlu Havuç Kızartma(300kal) Etimek Tatlısı(400kal)	Patates Oturtma(300kal) Antep Pilavı(330kal) Mevsim Salata(100kal)
08.01.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	Etlı Kuru Fasulye(350kal) Şeh.Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Tavuk Şinitel/Kısır(400kal) Erş yesil mercimek çorbası(180kal) Elma (100kal)
09.01.2018 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah Zeytin	Fırın Somon/Havuç Salata(360kal) Mercimek Çorba(180kal) Cevzli Kabak tatlısı(300kal)	Etlı Türlü(250kal) Avcı Böreği(420kal) Ayva Komposto(180kal)
10.01.2018 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Kıymalı Ispanak/Yoğurt(300kal) Soslu Makarna(330kal) Mandalina(100kal)	İzmir köfte(350kal) Yoğurtlu Karnabahar Kızartma(300kal) Cevzli baklava(400kal)
11.01.2018 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr. çikola-Yeşil zeytin	Et Döner/Pirinç Pilavı(550kal) Alaca Çorba(180kal) Ayran(90kal)	Etlı Bezelye(250kal) Cevzli Erişte(380kal) Portakal(100kal)

12.01.2018 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Yağ	Kıymalı Karnabahar(250kal) Patatesli gül Böreği(420kal) Karışık Komposto(180kal)	Arnavut Ciğeri/Küp Patates(480kal) Ezogelin Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
13.01.2018 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva.-Siyah Zeytin	Tavuk Pirzola/pat Salatası(420kal) Şehriye Çorba(180kal) Şambali(400kal)	Etili Taze Fasülye(250kal) Şeh.Bulgur Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)
14.01.2018 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Mantı(360kal) Z.Y. Pırasa(250kal) Muz(150kal)	Hasanpaşa Köfte /bulgur pilavı(400kal) Toyga Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
15.01.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	Şehriye Güveci(390kal) Yoğurtlu Karışık Kış Kızartma(300kal) Tulumba Tatlısı(500kal)	Kıymalı Ispanak/Yoğurt(300kal) Soslu Makarna(330kal) Elma(100kal)
16.01.2018 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah Zeytin	Etili Nohut(350kal) Şeh.Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Izgara Köfte/pat.kızartması(400kal) Kıt. Ek. Domates Çorba(180kal) Ayva Tatlısı(300kal)
17.01.2018 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Tavuk Döner/Pirinç Pilavı(550kal) Mercimek Çorba(180kal) Ayran(90kal)	Etili Bezelye(250kal) Peynirli Kol Böreği(420kal) Kayısı Komposto(180kal)
18.01.2018 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr. çikola-Yeşil zeytin	Etili Taze Fasülye(250kal) Cevizli Erişte(330kal) Portakal(100kal)	Orman Kebabı(350kal) Köylü Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
19.01.2018 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Yağ	Kadınbudu Köfte/pat püre(450kal) Toyga Çorba(180kal) Cevizli Kabak tatlısı(300kal)	Kıymalı Karnabahar(250kal) Fırın Makarna(390kal) Yoğurt(180kal)
20.01.2018 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva.-Siyah Zeytin	Etili türlü(250kal) Şeh.Bulgur Pilavı(330kal) Ayva Komposto(180kal)	Karışık Izgara /pat Salatası(420kal) Alaca Çorba(180kal) Elma (100kal)
21.01.2018 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Et haşlama(350kal) İç pilav(330kal) Mevsim Salata(100kal)	Kıymalı Ispanak/Yoğurt(300kal) Peynirli Makarna(330kal) Şambali(400kal)
22.01.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	Etili Kuru Fasulye(350kal) Şeh.Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	İzmir köfte(350kal) Yoğurtlu Karnbhr-havç Kızartma(300kal) Portakal(100kal)
23.01.2018 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah Zeytin	Fırın Somon/yeşil Salata(360kal) Mercimek Çorba(180kal) Kakaolu tahin Helvası(400kal)	Etili Türlü(250kal) Şeh.Bulgur Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)

24.01.2018 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Sosyete Mantısı(360kal) Z.Y. Pırasa(250kal) Muz (150kal)	Fırın baget/ İç pilav (400kal) Alaca Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
25.01.2018 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr. çikola-Yeşil zeytin	Saç kavurma/Pirinç Pilavı(550kal) Köylü Çorba(180kal) Ayran(90kal)	Kıymalı Karnabahar(250kal) Patatesli Kol Böreği(420kal) Kayısı Komposto(180kal)
26.01.2018 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Yağ	Kıymalı Ispanak/Yoğurt(300kal) Fırın Makarna(330kal) Portakal(100kal)	Kadınbudu Köfte/pat püre(450kal) Kit. Ek. Domates Çorba(180kal) Cevizli baklava(400kal)
27.01.2018 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva.-Siyah Zeytin	Karışık Izgara/havuç tarator(400kal) Toyga Çorba(180kal) Revani(400kal)	Etlı Bezelye(250kal) Şeh.Bulgur Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)
28.01.2018 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Etlı nohut(350kal) Pirinç Pilavı(330kal) Mevsim Salata(100kal)	Tavuk Döner/Pirinç Pilavı(550kal) Mercimek Çorba(180kal) Ayran(90kal)
29.01.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	İzmir köfte(350kal) Yoğurtlu Karışık Kış Kızartma(300kal) Elma(100kal)	Etlı Taze Fasülye(250kal) Peynirli Gül Böreği(420kal) Karışık Komposto(180kal)
30.01.2018 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah	Patates Oturtma(350kal) Antep Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Et kavurma/Pirinç Pilavı(550kal) Domates Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
31.01.2018 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Tavuk Pirzola/kısır(400kal) Şehriye Çorba(180kal) Cevizli Kabak tatlısı(300kal)	Kıymalı Ispanak/Yoğurt(300kal) Soslu Makarna(330kal) Portakal(100kal)