

MAYIS 2018 YEMEK LİSTESİ

	KAHVALTI	ÖĞLE	AKŞAM
01.05.2018 SALI	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	Etlı Bezelye(250 kal) Arpa Şeh.Pirinç Pilavı(330 kal) Yoğurt(180 kal)	Mantarlı Tavuk Sote (340 kal) İç Pilav (330 kal) Şekerpare (400 kal)
02.05.2018 ÇARŞAMBA	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah Zeytin	Tas Kebabı (340 kal) Sebzeli Bulgur Pilavı (330 kal) Cevizli Baklava (400 kal)	Etlı Taze Fasulye (250 kal) Kıymalı Gül Böreği (420 kal) Karışık Komposto (180 kal)
03.05.2018 PERŞEMBE	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Kıymalı Ispanak/Yoğurt (300 kal) Soslu Makarna (320 kal) Çilek (100 kal)	Et Haşlama (340 kal) Arpa şeh.Pirinç Pilavı (330 kal) Çoban Salata (100 kal)
04.05.2018 CUMA	Çay-Şeker Krem Peynir Kr. çikola-Yeşil zeytin	Izgara Köfte/Rus Salatası (400 kal) Kaşarlı Domates Çorba (180 kal) Cevizli Kadayıf (400 kal)	Patlıcan Musakka (320 kal) Şehriyeli Bulgur Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)
05.05.2018 CUMARTESİ	Çay-Şeker Yumurta Bal-Yağ	Etlı Kuru fasulye (350 kal) Şehriyeli Pirinç pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)	Çoban kavurma/pilav (550 kal) Mercimek çorba (180 kal) Ayran (90 kal)
06.05.2018 PAZAR	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva.-Siyah Zeytin	Tavuk pırzola/Havuç tarator(300 kal) Şehriye Çorba (180 kal) Meyve (100 kal)	Patates Oturtma (320 kal) Sebzeli Bulgur Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
07.05.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Etlı Türü (250 kal) Soslu Makarna (320 kal) Tulumba Tatlısı (500 kal)	İzmir Köfte (350 kal) Nohutlu Pirinç Pilavı (330 kal) Çoban Salata (100 kal)
08.05.2018 SALI	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	Pilav üstü Et Döner (550 kal) Mercimek Çorba (180 kal) Ayran (90 kal)	Mantı (360 kal) Z.Y. barbunya (300 kal) Revani (400 kal)
09.05.2018 ÇARŞAMBA	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah Zeytin	Etlı Taze Fasulye (250 kal) Avcı Böreği (420 kal) Yoğurt (180 kal)	Kadınbudu Köfte-Pat.Püresi (450 kal) Kaşarlı Domates Çorba (180 kal) Çilek (100 kal)
10.05.2018 PERŞEMBE	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Çıtır Tavuk/Makarna Salatası (450 kal) Sebze Çorba (180 kal) Etimek Tatlısı (400 kal)	Etlı Bezelye (250 kal) Y.Mercimekli Bulgur Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
11.05.2018 CUMA	Çay-Şeker Krem Peynir Kr. çikola-Yeşil zeytin	Karniyarık (320 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)	Şehriyeli Güveç (390 kal) Yoğurtlu Karışık Yaz Kızartması (300 kal) Erik (100 kal)

12.05.2018 CUMARTESİ	Çay-Şeker Yumurta Bal-Yağ	Karışık Izgara-Kısır (440 kal) Sebze Çorba (180 kal) Şekerpare (400 kal)	Etili Nohut (350 kal) Şehriyeli Bulgur Pilavı (330 kal) Ayran (90 kal)
13.05.2018 PAZAR	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva.-Siyah Zeytin	Patates Oturtma (320 kal) Peynirli Makarna (320 kal) Yoğurt (180 kal)	Dalyan Köfte/Püre (350 kal) Köylü Çorba (180 kal) Meyve (100 kal)
14.05.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Et Haşlama (340 kal) İç Pilav (330 kal) Çoban Salata (100 kal)	Etili Taze Fasulye (250 kal) Cevizli Erişte (380 kal) Yoğurt (180 kal)
15.05.2018 SALI	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	Etili Bezelye (250 kal) Peynirli Gül Böreği (420 kal) Karışık Komposto (180 kal)	Tavuk Baget Haşlama (310 kal) İç Pilav (330 kal) Çoban Salata (100 kal)
16.05.2018 ÇARŞAMBA	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah Zeytin	Karniyarik (320 kal) Sebzeli Bulgur Pilavı (330 Kal) Cacık (100 kal)	Pilav üstü Sac Kavrurma (500 kal) Kit. Ekm.Mercimek Çorba *(180 kal) Cevizli Güllaç (300 kal) Çoban Salata (100 kal)
17.05.2018 PERŞEMBE	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Hasanpaşa Köfte/Bulgur Pilavı(500kal) Alaca Çorba (180 kal) Meyve (100 kal)	Patlıcan Musakka (320 kal) Domates Çorba * (180 kal) Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)
18.05.2018 CUMA	Çay-Şeker Krem Peynir Kr. çikola-Yeşil zeytin	Kuru Fasulye (350 kal) Sebzeli Bulgur Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)	Şehriyeli Güveç (390 kal) Toyga Çorba * (180 kal) Yoğurtlu Karışık Kızartma (300 kal) Çilek (100 kal)
19.05.2018 CUMARTESİ	Çay-Şeker Yumurta Bal-Yağ	Tas Kebabı (340 kal) Arpa Şeh.Pirinç Pilavı (330 kal) Çoban Salata (100 kal)	Etili Karışık Dolma/Yoğurt (430 kal) Kit.Ekm.Mercimek Çorbası (180 kal) Yeni dünya (100 kal) Çoban Salata * (100 kal)
20.05.2018 PAZAR	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva.-Siyah Zeytin	Etili Taze Fasulye (250 kal) Cevizli Erişte (380 kal) Yoğurt (180 kal)	Çıtır Tavuk/Makarna Salatası (450 kal) Ezogelin Çorba (180 kal) Tulumba (500 kal) Meyve * (100 kal)
21.05.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Yörem Kebabı (420 kal) Mercimek Çorba (180 kal) Meyve (100 kal)	Etili Nohut (350 kal) Domates Çorba * (180 kal) Sebzeli Bulgur Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
22.05.2018 SALI	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	Etili Bezelye (250 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)	Izgara Köfte/Soslu KarışıkKızartma(520kal) Yayla Çorba (180 kal) Revani (400 kal) Meyve * (100 kal)
23.05.2018 ÇARŞAMBA	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah Zeytin	Rosto Köfte/Püre (400 kal) Alaca Çorba (180 kal) Sütlaç (300 kal)	Karniyarik (320 kal) Şafak çorba * (180 kal) Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)

24.05.2018 PERŞEMBE	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Etlı Bıber Dolması/Yoğurt (430 kal) Kaşarlı Domates Çorbası (180 kal) Çılek (100 kal)	Tavuk Şınıtzel/Elma Dilım Pat. (440 kal) Mercımeık Çorba (180 kal) Cevızlı Güllaç (300 kal) Çoban Salata * (100 kal)
25.05.2018 CUMA	Çay-Şeker Krem Peynir Kr. çikola-Yeşil zeytin	Kadınbudu Köfte-Pat. salatası Şehriye Çorba Cevızlı Baklava	Patates Oturtma (320 kal) Alaca Çorba * (180 kal) Şehriyeli Bulgur Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
26.05.2018 CUMARTESİ	Çay-Şeker Yumurta Bal-Yağ	Etlı Türü (250 kal) Peynirli Gül Böreği (420 kal) Karışık Komposto (180 kal)	İslım Kebap (450 kal) Kaşarlı Domates Çorba * (180 kal) Sebzeli Bulgur Pilavı (330 kal) Ayran (90 kal)
27.05.2018 PAZAR	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva.-Siyah Zeytin	Tavuk Pırzola/Rus Salatası(400 kal) Şehriye Çorba (180 kal) Erik (100 kal)	Etlı Bıber Dolma/Yoğurt (430 kal) Kıt.Ekm.Mercımeık Çorba (180 kal)* Cevızlı Baklava (400 kal) Karpuz * (100 kal)
28.05.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Patlıcan Musakka (320 kal) Nohutlu Pırınç Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)	Et Kavurma/pilav (500 kal) Köylü Çorba (180 kal) * Tulumba (500 kal) Ayran (90 kal)
29.05.2018 SALI	Çay-Şeker Kaşar peyniri Bal-Yağ	İzmir Köfte (350 kal) Yoğurtlu Karışık Kızartma (300 kal) Supangle (300 kal)	Etlı Kuru Fasulye (350 kal) Mercımeık Çorba (180 kal) * Pırınç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
30.05.2018 ÇARŞAMBA	Çay-Şeker Yumurta Tahin-Pek.-Siyah Zeytin	Etlı Taze Fasulye (250 kal) Şehriyeli Pırınç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)	Pilav üstü Tavuk Döner (550 kal) Domates Çorba (180 kal) Ayran (90 kal) Çoban Salata * (100 kal)
31.05.2018 PERŞEMBE	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yağ	Karışık Izgara/Kısır (440 kal) Şehriye Çorba (180 kal) Çılek (100 kal)	Etlı Nohut (350 kal) Bulgur Pilavı (330 kal) Cevızlı Kadayıf (400 kal) Çoban Salata * (100 kal)