

## Nihal Turgut Anlar Anadolu Lisesi

## EKİM AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH		SABAH							ÖĞLE				AKŞAM				ARA ÖĞÜN		
01.10.2018	Pazartesi	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Mercimek Çorba	Reçel	Söğüş	Çay	Hamburger	Soslu Makarna	Mercimek Çorba	Ayran	Etli Patates	Makarna	Meyve	Ayran	Çikolata	Çay
02.10.2018	Salı	Beyaz Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Poğaç	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Patlıcan Musakka	Bulgur Pilavı	Cacık	Salata	Nohut Sulusu	Pirinç Pilavı	Turşu	Yoğurt	Kek	Çay
03.10.2018	Çarşamba	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	H. Yumurta	Bal	Tereyağı	Çay	Kuru Fasulye	Pirinç Pilavı	Turşu	Kemalpaşa	Mantı	Bulgur Pilavı	Meyve	Puding	Tatlı Kraker	Çay
04.10.2018	Perşembe	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Mevsim Yeşilliği	Reçel	Söğüş	Çay	Fırın Baget	Pirinç Pilavı	Yoğurt	Meyve	Etli Bezelye	Makarna	Meyve	Yoğurt	Çikolatalı Bisküvi	Çay
05.10.2018	Cuma	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Salatalık - Domates	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Kayseri Köfte	Bulgur Pilavı	Yayla Çorba	Meyve	Kıymalı Patates	Bulgur Pilavı	Meyve	Yeşillik	Tuzlu Kraker	Çay
06.10.2018	Cumartesi	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Mercimek Çorba	Tahin	Pekmez	Çay	Kuru Fasulye	Pirinç Pilavı	Turşu	Meyve	Türlü	Makarna	Meyve	Yoğurt	Kremalı Bisküvi	Çay
07.10.2018	Pazar	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Yeşillik	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Etli Bezelye	Soslu Makarna	Yoğurt	Meyve	Döner	Pirinç Pilavı	Yoğurt	Yeşillik	Çikolata	Çay
08.10.2018	Pazartesi	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Patates Salatası	Reçel	Söğüş	Çay	Karışık Kızartma	Soslu Makarna	Şehriye Çorba	Meyve	Kuru Fasulye	Pirinç Pilavı	Turşu	Meyve	Kek	Çay
09.10.2018	Salı	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Mevsim Yeşilliği	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Lahmacun	Yeşillik - Limon	Mercimek Çorba	Ayran	Tas Kebabı	Bulgur Pilavı	Cacık	Yeşillik	Tatlı Kraker	Çay
10.10.2018	Çarşamba	Beyaz Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Salatalık - Domates	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Kadınbudu Köfte	Bulgur Pilavı	Mercimek Çorba	Meyve	Taze Fasulye	Makarna	Meyve	Şekerpare	Çikolatalı Bisküvi	Çay
11.10.2018	Perşembe	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Mercimek Çorba	Reçel	Domates Salatalık	Çay	Patates Musakka	Pirinç Pilavı	Ayran	Salata	Mantı	Bulgur Pilavı	Meyve	Puding	Tuzlu Kraker	Çay
12.10.2018	Cuma	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Simit	Tahin	Pekmez	Çay	Etli Nohut Sulusu	Pirinç Pilavı	Turşu	Yoğurt	Karışık Kızartma	Makarna	Mercimek Çorba	Yeşillik	Kremalı Bisküvi	Çay
13.10.2018	Cumartesi	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Yeşillik	Bal	Tereyağı	Çay	Patates Musakka	Makarna	Salata	Meyve	Yeşil Mercimek Yahni	Makarna	Yoğurt	Meyve	Çikolata	Çay
14.10.2018	Pazar	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	H. Yumurta	Reçel	Söğüş	Çay	Türlü	Bulgur Pilavı	Yoğurt	Salata	Döner	Pirinç Pilavı	Yoğurt	Yeşillik	Kek	Çay
15.10.2018	Pazartesi	Beyaz Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Mercimek Çorba	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Hamburger	Makarna	Mercimek Çorba	Ayran	Kuru Fasulye	Pirinç Pilavı	Turşu	Meyve	Tatlı Kraker	Çay
16.10.2018	Salı	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	H. Yumurta	Bal	Tereyağı	Çay	Patlıcan Musakka	Pirinç Pilavı	Cacık	İrmik Helvası	Etli Bezelye	Makarna	Cacık	Meyve	Çikolatalı Bisküvi	Çay
17.10.2018	Çarşamba	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Salatalık - Domates	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Etli Kuru Fasulye	Pirinç Pilavı	Turşu	Meyve	Tas Kebabı	Pirinç Pilavı	Yoğurt	Yeşillik	Tuzlu Kraker	Çay
18.10.2018	Perşembe	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Sahanda Yumurta	Tahin	Pekmez	Çay	Misket Köfte	Bulgur Pilavı	Ayran	Salata	Taze Fasulye	Bulgur Pilavı	Meyve	Yeşillik	Kremalı Bisküvi	Çay
19.10.2018	Cuma	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Simit	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Tavuklu Pilav	Mercimek Çorba	Salata	Ayran	Mantı	Bulgur Pilavı	Meyve	Pudirg	Çikolata	Çay
20.10.2018	Cumartesi	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Yeşillik	Patates Cips	Domates Salatalık	Çay	Etli Bezelye	Makarna	Meyve	Salata	Etli Nohut Sulusu	Pirinç Pilavı	Yoğurt	Yeşillik	Kek	Çay
21.10.2018	Pazar	Beyaz Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	H. Yumurta	Tahin	Pekmez	Çay	Fırın Patates	Bulgur Pilavı	Meyve	Yoğurt	Tavuk Sote	Makarna	Ayran	Yeşillik	Tatlı Kraker	Çay
22.10.2018	Pazartesi	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Sahanda Yumurta	Reçel	Söğüş	Çay	Z. Barbunya	Bulgur Pilavı	Meyve	Şekerpare	Orman Kebabı	Pirinç Pilavı	Meyve	Yeşillik	Çikolatalı Bisküvi	Çay
23.10.2018	Salı	Beyaz Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Mevsim Yeşilliği	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Tavuk Sote	Pirinç Pilavı	Ayran	Salata	Türlü	Bulgur Pilavı	Yoğurt	Yeşillik	Tuzlu Kraker	Çay
24.10.2018	Çarşamba	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	H. Yumurta	Bal	Tereyağı	Çay	Karışık Kızartma	Soslu Makarna	Şehriye Çorba	Meyve	Z. Barbunya	Bulgur Pilavı	Meyve	Kemalpaşa	Kremalı Bisküvi	Çay
25.10.2018	Perşembe	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Mercimek Çorba	Reçel	Söğüş	Çay	Kayseri Köfte	Mercimekli Pilav	Salata	Ayran	Döner	Pirinç Pilavı	Yoğurt	Yeşillik	Çikolata	Çay
26.10.2018	Cuma	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Salatalık - Domates	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Kadınbudu Köfte	Bulgur Pilavı	Mercimek Çorba	Meyve	Yeşil Mercimek Yahni	Makarna	Yoğurt	Yeşillik	Kek	Çay
27.10.2018	Cumartesi	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Yeşillik	Tahin	Pekmez	Çay	Türlü	Soslu Makarna	Yoğurt	Meyve	Mantı	Bulgur Pilavı	Puding	Meyve	Tatlı Kraker	Çay
28.10.2018	Pazar	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	H. Yumurta	Reçel	Domates Salatalık	Çay	Etli Bezelye	Makarna	Meyve	Salata	Şinitzel	Soslu Makarna	Yoğurt	Yeşillik	Çikolata	Çay
29.10.2018	Pazartesi	Beyaz Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Mercimek Çorba	Fındık Ezmesi	Reçel	Çay	Etli Kuru Fasulye	Bulgur Pilavı	Turşu	Yoğurt	Taze Fasulye	Bulgur Pilavı	Meyve	Ayran	Çikolatalı Bisküvi	Çay
30.10.2018	Salı	Üçgen Peynir	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Simit	Tahin	Pekmez	Çay	Döner	Pirinç Pilavı	Yoğurt	Yeşillik	Kıymalı Patates	Makarna	Yoğurt	Meyve	Tuzlu Kraker	Çay
31.10.2018	Çarşamba	Üçgen Peyniri	Çökelek	Yeşil Zeytin	Siyah Zeytin	Haşlanmış Patates	Bal	Tereyağı	Çay	Patates Musakka	Pirinç Pilavı	Cacık	Salata	Döner	Pirinç Pilavı	Yoğurt	Yeşillik	Kremalı Bisküvi	Çay

AFİYET OLSUN...

NOT: 1) Yemek örnekleri yemek servisi edilmeden idareye getirilecek ve 72 saat muhafaza edilecektir.

2) Ara öğünün örnekleri idareye önceden verilecek onaylanınca dağıtılacaktır.

Gülşen Gülbin ALAKAY  
Müdür YardımcısıMustafa KARAKAYA  
Müdür YardımcısıSerkan ALKAÇ  
Müdür BaşyardımcısıCemal GÜLİSTAN  
Okul Müdürü