

# ANAOKULU KASIM AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Kahvaltı	Öğle Yemeği	İkinci Kahvaltısı	
1 Kasım 2022	Bitki Çayı, Yumurtalı Ekmek, Kaşar Peyniri, Zeytin, Kuru Üzüm, Yeşillik	Mercimek Çorba	137 cal	Çikolata Soslu Muhallebi, Bisküvi
		Orman Kebabı	256 cal	
		Börülce Yemeği	188 cal	
		Domatesli Bulgur Pilavı	169 cal	
		Meysim Meyvesi	80 cal	
		Salata Bar / Yoğurt	180 cal	
2 Kasım 2022	Süt, Haşlanmış Yumurta, Labne Peynir, Zeytin, Tahin Pekmez, Yeşillik	Domates Çorba	66 cal	Çörekotlu Kurabiye, Limonata
		Mevsim Balık	232 cal	
		Kapuska	118 cal	
		Kelebek Makarna	114 cal	
		Mevsim Meyvesi	80 cal	
		Salata Bar / Yoğurt	180 cal	
3 Kasım 2022	Bitki Çayı, Patatesli Yumurta, Çeçil Peynir, Zeytin, Kuru Kayısı, Yeşillik	Tarhana Çorba	151cal	Keşkül, Bisküvi
		Etlı Kuru Fasulye	278 cal	
		Ispanak Sufle	120 cal	
		Şehriyeli Pilavı	171 cal	
		Keşkül	160 cal	
		Salata Bar / Yoğurt	180 cal	

Tarih

Kahvaltı

Öğle Yemeği

İkinci Kahvaltısı

4  
Kasım  
2022Bitki Çayı,  
Omlet,  
Labne Peynir,  
Zeytin,  
Havuç Dilim,  
Yeşillik

Mantar Çorba

139 cal

Pideli Ödemiş Köfte

409 cal

Etsiz Patates

193 cal

Karnabahar Kızartma

126 cal

Mevsim Meyvesi

80 cal

Salata Bar / Yoğurt

180 cal

Pişi,  
Ayrar7  
Kasım  
2022Süt,  
Kaşarlı Dilimler  
Haşlanmış Yumurta,  
Tereyağı,  
Bal,  
Yeşillik

Şehriye Çorba

143 cal

Kıymalı Bezelye

275cal

Ayvalı Kereviz

220 cal

Peynirli Börek

272 cal

Meysim Meyvesi

80 cal

Salata Bar / Ayrar

180 cal

Limonlu Kek,  
Süt8  
Kasım  
2022Bitki Çayı,  
Omlet,  
Labne Peynir,  
Zeytin,  
Kuru Kayısı,  
Yeşillik

Ezogelin Çorba

170 cal

Fırın Baget

203 cal

Zeytinyağlı Bezelye

99 cal

Soslu Spagetti

175 cal

Mevsim Meyvesi

80 cal

Salata Bar / Yoğurt

180 cal

Tuzlu Kurabiye,  
Bitki Çayı9  
Kasım  
2022Süt,  
Haşlanmış Yumurta,  
Süzme Peynir,  
Zeytin,  
Tahin Pekmez,  
Yeşillik

Tarhana Çorba

151 cal

Etli Nohut

285 cal

Zeytinyağlı Pazı

167 cal

Bulgur Pilavı

149 cal

Meysim Meyvesi

80 cal

Salata Bar / Yoğurt

180 cal

Revani,  
Meyve

Tarih

Kahvaltı

Öğle Yemeği

İkinci Kahvaltısı

10  
Kasım  
2022Bitki Çayı,  
Patatesli Yumurta,  
Çeçil Beyaz Peynir,  
Zeytin,  
Havuç Dilim,  
Yeşillik

Domates Çorba

66 cal

Mitite Köfte/Sebze Sote

270 cal

Kuru Fasulye

150 cal

Pirinç Pilavı

208 cal

Mevsim Meyvesi

80 cal

Salata Bar / Ayran

180 cal

Patatesli Börek,  
Limonata11  
Kasım  
2022Bitki Çayı,  
Yumurtalı Ekmek,  
Labne Peynir,  
Zeytin,  
Kuru Kayısı,  
Yeşillik

Şehriye Çorba

95 cal

Pizza

344 cal

Vej.Pizza

285 cal

Fırın Patates

118 cal

Mevsim Meyvesi

80 cal

Salata Bar / Yoğurt

180 cal

Açma,  
Bitki Çayı21  
Kasım  
2022Süt,  
Haşlanmış Yumurta,  
Süzme Peynir,  
Zeytin,  
Tereyağı,  
Bal,  
Yeşillik

Tarhana Çorba

151 cal

Çıtır Tavuk

285 cal

Etsiz Nohut

147 cal

Şehriye Pilavı

208 cal

Mevsim Meyvesi

80 cal

Salata Bar / Yoğurt

180 cal

Poğaçı,  
Limonta22  
Kasım  
2022Bitki Çayı,  
Yumurtalı Ekmek,  
Kaşar Peyniri,  
Zeytin,  
Kuru Üzüm,  
Yeşillik

Mantar Çorba

139 cal

Patates Musakka

236 cal

Zeytinyağlı Ispanak

73 cal

Tereyağlı Spagetti

114 cal

Mevsim Meyvesi

80 cal

Salata Bar / Yoğurt

180 cal

Supangle,  
Bisküvi

Tarih

Kahvaltı

Öğle Yemeği

İkinci Kahvaltısı

**23**  
Kasım  
2022

Süt,  
Haşlanmış Yumurta,  
Labne Peynir,  
Zeytin,  
Tahin Pekmez,  
Yeşillik

Ezogelin Çorba	181 cal
Mevsim Balık	232 cal
Yeşil Mercimek	163 cal
Kalem Makarna	114 cal
Mevsim Meyvesi	80 cal
Salata Bar / Yoğurt	180 cal

Milföy Börek,  
Bitki Çayı

**24**  
Kasım  
2022

Bitki Çayı,  
Patatesli Yumurta,  
Çeçil Peyniri,  
Zeytin,  
Kuru Kayısı,  
Yeşillik

Mercimek Çorba	137 cal
P.Dalyan Köfte	380 cal
P.Pırasa Köfte	224 cal
Pirinç Pilavı	208 cal
Baklava	346 cal
Salata Bar / Yoğurt	180 cal

Soğuk Sandaviç,  
Ayran

**25**  
Kasım  
2022

Bitki Çayı,  
Omlet,  
Labne Peynir,  
Zeytin,  
Havuç Dilimi,  
Yeşillik

Domates Çorba	66 cal
Etlı Kuru Fasulye	278 cal
Fırın Karnabahar	81 cal
Bulgur Pilavı	149 cal
Mevsim Meyvesi	80 cal
Salata Bar / Yoğurt	180 cal

Ballı Pankek,  
Bitki Çayı

**28**  
Kasım  
2022

Süt,  
Kaşarlı Dilimler,  
Haşlanmış Yumurta,  
Tereyağı,  
Bal,  
Yeşillik

Şehriye Çorba	95 cal
Soslu Mantı	322 cal
Etsiz Patates	193 cal
Brokoli Salatası	112 cal
Mevsim Meyvesi	80 cal
Salata Bar / Ayran	180 cal

Mozaik Kek,  
Süt

Tarih

Kahvaltı

Öğle Yemeği

İkinci Kahvaltısı

29  
Kasım  
2022

Bitki Çayı,  
Omlet,  
Labne Peynir,  
Zeytin,  
Kuru Kayısı,  
Yeşillik

Mercimek Çorba	137 cal
Etli Nohut	285 cal
Zeytinyağlı Kereviz	220 cal
Bulgur Pilavı	149 cal
Kemalpaşa Tatlısı	313 cal
Salata Bar / Yoğurt	180 cal

Kare Börek,  
Limonata

30  
Kasım  
2022

Süt,  
Haşlanmış Yumurta,  
Süzme Peynir,  
Zeytin,  
Tahin Pekmez,  
Yeşillik

Domates Çorba	66 cal
Tavuk Sote	288 cal
Kuru Fasulye	150 cal
Pirinç Pilavı	208 cal
Mevsim Meyvesi	80 cal
Salata Bar / Yoğurt	180 cal

Portakallı Kurabiye,  
Süt

1  
Aralık  
2022

Bitki Çayı,  
Patatesli Yumurta,  
Çeçil Beyaz Peynir,  
Zeytin,  
Havuç Dilim,  
Yeşillik

Ezogelin Çorba	181 cal
Kıymalı Ispanak	162 cal
Zeytinyağlı Pazı	167 cal
Patatesli Milföy	272 cal
Mevsim Meyvesi	80 cal
Salata Bar / Yoğurt	180 cal

Browni,  
Bitki Çayı

2  
Aralık  
2022

Bitki Çayı,  
Yumurtalı Ekmek,  
Labne Peynir,  
Zeytin,  
Kuru Kayısı,  
Yeşillik

Tarhana Çorba	151 cal
Bodrum Köfte	283 cal
Börülce Yemeği	188 cal
Piyaz	162 cal
Mevsim Meyvesi	80 cal
Salata Bar / Ayran	180 cal

Pişi,  
Ayran