

# İLKOKUL OCAK AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Kahvaltı	Öğle Yemeği
2 OCAK PERŞEMBE	SÜT YUMURTALI EKMEK KAŞAR PEYNİR ZEYTİN KURU KAYISI YEŞİLLİK	DOMATES ÇORBA ETLİ KURU FASULYE YUMURTALI İSPANAK PİRİNÇ PİLAVI MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
3 OCAK CUMA	BİTKİ ÇAYI PATATESLİ YUMURTA KREM PEYNİR TAHİN PEKMEZ HAVUÇ DİLİM YEŞİLLİK	YAYLA ÇORBA HAMBURGER VEGAN KÖFTE FİRİN PATATES SUPANGLE SALATA BAR/AYRAN

# İLKOKUL OCAK AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Kahvaltı	Öğle Yemeği
6 OCAK PAZARTESİ	BİTKİ ÇAYI OMLET KAŞAR PEYNİR ZEYTİN TAHİN PEKMEZ YEŞİLLİK	MERCİMEK ÇORBA ÇITIR TAVUK ETSİZ PATATES TEREYAĞLI MAKARNA MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
7 OCAK SALI	SÜT HAŞLANMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR ZEYTİN KURU ÜZÜM YEŞİLLİK	EZOĞELİN ÇORBA KIYMALI YEŞİL MERCİMEK KAPUSKA PATATESLİ BÖREK SÜTLAÇ SALATA BAR/YOĞURT
8 OCAK ÇARŞAMBA	BİTKİ ÇAYI PATATESLİ YUMURTA KREM PEYNİR ZEYTİN HAVUÇ DİLİM YEŞİLLİK	TARHANA ÇORBA ANKARA TAVA AYVALI KEREVİZ/ŞEHİRİYE PİLAVI KARNABAHAAR KIZARTMA MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
9 OCAK PERŞEMBE	SÜT HAŞLANMIŞ YUMURTA KALEM BÖREK ZEYTİN KURU KAYISI YEŞİLLİK	YAYLA ÇORBA ETLİ KEREVİZ PAZI KAVURMA BULGUR PİLAVI KEŞKÜL SALATA BAR/YOĞURT
10 OCAK CUMA	BİTKİ ÇAYI KREP LABNE PEYNİR ZEYTİN BAL YEŞİLLİK	MERCİMEK ÇORBA İZMİR KÖFTE MANTAR SOTE PİRİNÇ PİLAVI MEYVE SALATA BAR/YOĞURT

# İLKOKUL OCAK AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Kahvaltı	Öğle Yemeği
13 OCAK PAZARTESİ	BITKİ ÇAYI YUMURTALI EKMEK KAŞAR PEYNİR ZEYTİN HAVUÇ DİLİM YEŞİLLİK	ŞEHİRİYE ÇORBA KIYMALI PIRASA BÖRÜLCE YEMEĞİ KALEM BÖREK KOMPOSTO SALATA BAR/YOĞURT
14 OCAK SALI	SÜT HAŞLANMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR TEREYAĞI BAL YEŞİLLİK	MERCİMEK ÇORBA TAVUK DÖNER GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI MEYVE SALATA BAR/YOĞURT
15 OCAK ÇARŞAMBA	BITKİ ÇAYI OMLET KREM PEYNİR ZEYTİN KURU KAYISI YEŞİLLİK	DOMATES ÇORBA ÇITIR BALIK ISPANAK KAVURMA SOSLU SPAGETTİ MEYVE SALATA BAR
16 OCAK PERŞEMBE	SÜT PİŞİ KREM PEYNİR ZEYTİN BAL YEŞİLLİK	TARHANA ÇORBA BEYAZ SOSLU ETLİ NOHUT PORTAKALLI PIRASA ŞEHİRİYELİ PİLAV HAŞHAŞLI REVANİ SALATA BAR/YOĞURT
17 OCAK CUMA	BITKİ ÇAYI PATATESLİ YUMURTA BEYAZ PEYNİR ZEYTİN HAVUÇ DİLİM YEŞİLLİK	EZOĞELİN ÇORBA PİZZA VEJETARYEN PİZZA FİRİN PATATES BROWNİ SALATA BAR/AYRAN