

ALTINŞEHİR ANADOLU LİSESİ 2022 NİSAN AYI YEMEK MENÜSÜ

TARİH	KAHVALTI -SAHUR	ÖĞLE YEMEĞİ	AKŞAM İFTAR YEMEĞİ	ARA ÖĞÜN
1 Nisan 2022 Cuma	ÇAY - MENEMEN - BEYAZ PEYNİR - ZEYTİN - SALATALIK - YOĞURT- DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ PATATES - FINDIK EZMESİ -	İZMİR KÖFTE PİRİNÇ PİLAVI SALATA YAŞ PASTA TURŞU	KARIŞIK DOLMA YOĞURT MERCİMEK ÇORBASI TULUMBA TURŞU	MEYVE- ÇAY
2 Nisan 2022 Cumartesi	ÇAY - PATATES KIZARTMA - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT-ZEYTİN - SALATALIK - DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ - POĞAÇA	ÇAY - PATATES KIZARTMA - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT-ZEYTİN - SALATALIK - DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ - POĞAÇA	TANTUNİ SOĞAN SALATASI AYRAN MERCİMEK ÇORBASI MEYVE	MEYVE- ÇAY
3 Nisan 2022 Pazar	ÇAY - MENEMEN - BEYAZ PEYNİR - ZEYTİN - - YOĞURT-DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ PATATES - FINDIK EZMESİ - SİMİT	ÇAY - MENEMEN - BEYAZ PEYNİR - ZEYTİN - - YOĞURT-DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ PATATES - FINDIK EZMESİ - SİMİT	LAHMACUN SALATA EZOGELİN ÇORBASI AYRAN TULUMBA	MEYVE- ÇAY
4 Nisan 2022 Pazartesi	HAŞLANMIŞ YUMURTA - PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT- DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	TÜRLÜ BULGUR PİLAVI TURŞU YOĞURT TULUMBA	ET KÖFTE- SEBZELİ MAKARNA MERCİMEK ÇORBASI YOĞURT TULUMBA SALATA	MEYVE- ÇAY
5 Nisan 2022 Salı	ÇAY - MENEMEN - BEYAZ PEYNİR - ZEYTİN - SALATALIK - YOĞURT- DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ PATATES - FINDIK EZMESİ -	LAHMACUN SALATA EZOGELİN ÇORBASI AYRAN MEYVE	LAHMACUN SALATA EZOGELİN ÇORBASI AYRAN BAKLAVA	MEYVE- ÇAY
6 Nisan 2022 Çarşamba	BEYAZ PEYNİR - DOMATES - SALATALIK - ZEYTİN - ÇORBA - BAL - YOĞURT- REÇEL - TEREYAĞI - ÇAY-- FINDIK EZMESİ	TAZE FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI TURŞU YOĞURT MEYVE	TAVUK HAŞLAMA PİRİNÇ PİLAVI SALATA DOMATES ÇORBASI MEYVE	MEYVE- ÇAY
7 Nisan 2022 Perşembe	ÇAY - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT- ZEYTİN -- REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ -	PARMAK KEBABI AYRAN MERCİMEK ÇORBASI BAKLAVA GARNITÜRLÜ PİLAV	PARMAK KEBABI AYRAN MERCİMEK ÇORBASI BAKLAVA GARNITÜRLÜ PİLAV	MEYVE- ÇAY
8 Nisan 2022 Cuma	HAŞLANMIŞ YUMURTA - LABNE PAKET PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	MANTI KARIŞIK KIZARTMA EZOGELİN ÇORBASI MEYVE		
9 Nisan 2022 Cumartesi				
10 Nisan 2022 Pazar				
11 Nisan 2022 Pazartesi				
12 Nisan 2022 Salı				
13 Nisan 2022 Çarşamba				
14 Nisan 2022 Perşembe				
15 Nisan 2022 Cuma				
16 Nisan 2022 Cumartesi				
17 Nisan 2022 Pazar			FIRINDA TAVUK SOSLU MAKARNA YAYLA ÇORBASI TULUMBA TURŞU	MEYVE- ÇAY

18 Nisan 2022 Pazartesi	HAŞLANMIŞ YUMURTA - PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	FIRINDA TAVUK SOSLU MAKARNA YAYLA ÇORBASI MEYVE TURŞU	ET KÖFTE- SEBZELİ MAKARNA EZOGELİN ÇORBASI AYRAN YAŞ PASTA SALATA	MEYVE- ÇAY
19 Nisan 2022 Salı	ÇAY - MENEMEN - BEYAZ PEYNİR - ZEYTİN - SALATALIK - YOĞURT-DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ PATATES - FINDIK EZMESİ -	TANTUNİ SOĞAN SALATASI AYRAN MERCİMEK ÇORBASI PEYNİRLİ HELVA	KURU FASÜLYE BULGUR PİLAVI ÜSTÜ KAVURMA KARIŞIK SALATA YOĞURT SÜTLAÇ	MEYVE- ÇAY
20 Nisan 2022 Çarşamba	BEYAZ PEYNİR - DOMATES - SALATALIK - ZEYTİN - ÇORBA - BAL - YOĞURT- REÇEL - TEREYAĞI - ÇAY- FINDIK EZMESİ	TAVUK DÖNER SOSLU MAKARNA SALATA AYRAN KADAYIF	TAVUK DÖNER SOSLU MAKARNA PATATES KIZARTMASI AYRAN KADAYIF	MEYVE- ÇAY
21 Nisan 2022 Perşembe	ÇAY - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT- ZEYTİN -- REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ -	PATATESLİ HITAP EZOGELİN ÇORBASI KARIŞIK SALATA PEYNİRLİ HELVA	KARIŞIK DOLMA YOĞURT MERCİMEK ÇORBASI PEYNİRLİ HELVA TURŞU	MEYVE- ÇAY
22 Nisan 2022 Cuma	HAŞLANMIŞ YUMURTA - LABNE PAKET PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	TAVUKLU BEZELYE PİRİNÇ PİLAVI KARIŞIK SALATA YOĞURT MERCİMEK ÇORBASI	TAZE FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI TURŞU YOĞURT SÜTLAÇ	MEYVE- ÇAY
23 Nisan 2022 Cumartesi	ÇAY - PATATES KIZARTMA - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT-ZEYTİN - SALATALIK - DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ - POĞAÇA	ÇAY - PATATES KIZARTMA - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT-ZEYTİN - SALATALIK - DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ - POĞAÇA	TÜRLÜ BULGUR PİLAVI ÜSTÜ KAVURMA KARIŞIK SALATA AYRAN EZOGELİN ÇORBASI	MEYVE- ÇAY
24 Nisan 2022 Pazar	ÇAY - PATATES KIZARTMA - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT-ZEYTİN - SALATALIK - DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ - POĞAÇA	ÇAY - PATATES KIZARTMA - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT-ZEYTİN - SALATALIK - DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ - POĞAÇA	SARMISAKLI TAVUKLU PİLAV SALATA MERCİMEK ÇORBASI MEYVE NOHUT SULUSU	MEYVE- ÇAY
25 Nisan 2022 Pazartesi	HAŞLANMIŞ YUMURTA - PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	KURU FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI MERCİMEK ÇORBASI YAŞ PASTA TURŞU	KURU FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI MERCİMEK ÇORBASI YAŞ PASTA TURŞU	MEYVE- ÇAY
26 Nisan 2022 Salı	ÇAY - MENEMEN - BEYAZ PEYNİR - ZEYTİN - SALATALIK - YOĞURT-DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ PATATES - FINDIK EZMESİ -	LAHMACUN SALATA MERCİMEK ÇORBASI AYRAN SÜTLAÇ	LAHMACUN SALATA MERCİMEK ÇORBASI AYRAN SÜTLAÇ	MEYVE- ÇAY
27 Nisan 2022 Çarşamba	BEYAZ PEYNİR - DOMATES - SALATALIK - ZEYTİN - ÇORBA - BAL - YOĞURT- REÇEL - TEREYAĞI - ÇAY- FINDIK EZMESİ	ET KÖFTE- SEBZELİ MAKARNA EZOGELİN ÇORBASI AYRAN YAŞ PASTA SALATA	ET KÖFTE- SEBZELİ MAKARNA EZOGELİN ÇORBASI AYRAN YAŞ PASTA PATATES KIZARTMASI	MEYVE- ÇAY
28 Nisan 2022 Perşembe	ÇAY - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT- ZEYTİN -- REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ -	TAVUK ŞİŞ SEBZELİ MAKARNA SALATA DOMATES ÇORBASI TURŞU	TAVUK ŞİŞ SEBZELİ MAKARNA PATATES KIZARTMASI DOMATES ÇORBASI TURŞU	MEYVE- ÇAY
29 Nisan 2022 Cuma	HAŞLANMIŞ YUMURTA - LABNE PAKET PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	MANTI KARIŞIK KIZARTMA EZOGELİN ÇORBASI MEYVE		MEYVE- ÇAY
30 Nisan 2022 Cumartesi				MEYVE- ÇAY

OSMAN ATEŞ
Pansiyon Müdür. Yrd.

Yusuf ERBAY
AŞÇI
ÖĞRENCİ TEMSİLCİSİ
PINARNUR DEMİR

ÜYE
FIRAT ŞAHAN
Ambar Memuru

1.04.2022
YAŞAR USLU
Okul Müdürü

ÖĞRENCİ TEMSİLCİSİ
HÜSEYİN YILDIRIM

NOT : BESLENME REHBERİ DOĞRULTUSUNDA KALORİ DEĞERLERİ HESAPLANARAK HAZIRLANMIŞTIR...