

ALTINŞEHİR ANADOLU LİSESİ 2022 HAZİRAN AYI YEMEK MENÜSÜ

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE YEMEĞİ	AKŞAM	ARA ÖĞÜN
1 Haziran 2022 Çarşamba	BEYAZ PEYNİR - DOMATES - SALATALIK - ZEYTİN - ÇORBA - BAL - YOĞURT- REÇEL - TEREYAĞI - ÇAY-- FINDIK EZMESİ	KURU FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI KADAYIF TURŞU SÖĞÜŞ	ARAP TAVASI BULGUR PİLAVI TURŞU YOĞURT	MEYVE
2 Haziran 2022 Perşembe	ÇAY - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT- ZEYTİN -- REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ -	İZMİR KÖFTE SALÇALI BULGUR PİLAVI SALATA YOĞURT	TÜRLÜ PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT MEYVE TURŞU	KREMALI BİSKÜVİ-MEYVE SUYU
3 Haziran 2022 Cuma	HAŞLANMIŞ YUMURTA - LABNE PAKET PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	NOHUT SULUSU PİRİNÇ PİLAVI CACIK KADAYIF SÖĞÜŞ	TAZE FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI TURŞU YOĞURT MEYVE	POĞAÇA - ÇAY
4 Haziran 2022 Cumartesi	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	TANTUNİ SOĞAN SALATASI AYRAN MERCİMEK ÇORBASI MEYVE	MEYVE
5 Haziran 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	PEYNIRLİ MAKARNA MERCİMEK ÇORBASI YOĞURT PATATES KIZARTMASI	MEYVE
6 Haziran 2022 Pazartesi	HAŞLANMIŞ YUMURTA - PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	TAVUKLU BEZELYE PİRİNÇ PİLAVI KARIŞIK SALATA DÖVME ÇORBASI TURŞU	TAZE FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI TURŞU YOĞURT MEYVE	KREMALI BİSKÜVİ-MEYVE SUYU
7 Haziran 2022 Salı	ÇAY - MENEMEN - BEYAZ PEYNİR - ZEYTİN - SALATALIK - YOĞURT-DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ PATATES - FINDIK EZMESİ -	ET KÖFTE-PATATES KIZARTMASI SOSLU MAKARNA YAYLA ÇORBASI DÖVME ÇORBASI	NOHUT SULUSU BULGUR PİLAVI YOĞURT MEYVE TURŞU	KREMALI BİSKÜVİ-ÇAY
8 Haziran 2022 Çarşamba	BEYAZ PEYNİR - DOMATES - SALATALIK - ZEYTİN - ÇORBA - BAL - YOĞURT- REÇEL - TEREYAĞI - ÇAY-- FINDIK EZMESİ	TAVUKLU SEBZELİ KEBAP PİRİNÇ PİLAVI CACIK MEYVE TURŞU	TÜRLÜ PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT MEYVE TURŞU	KREMALI BİSKÜVİ-MEYVE SUYU
9 Haziran 2022 Perşembe	ÇAY - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT- ZEYTİN -- REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ -	TAVUK DÖNER SOSLU MAKARNA SALATA AYRAN KADAYIF	ARAP TAVASI BULGUR PİLAVI TURŞU YOĞURT MEYVE	MEYVE
10 Haziran 2022 Cuma	HAŞLANMIŞ YUMURTA - LABNE PAKET PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	TAVUK ŞİŞ SOSLU MAKARNA SALATA AYRAN MEYVE	FIRINDA TAVUK CACIK BULGUR PİLAVI MEYVE MERCİMEK ÇORBASI	KREMALI BİSKÜVİ-MEYVE SUYU
11 Haziran 2022 Cumartesi	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	KARIŞIK DOLMA YOĞURT MERCİMEK ÇORBASI MEYVE TURŞU	MEYVE
12 Haziran 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	TAZE FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI TURŞU YOĞURT MEYVE	MEYVE
13 Haziran 2022 Pazartesi	HAŞLANMIŞ YUMURTA - PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	İZMİR KÖFTE PİRİNÇ PİLAVI SALATA YAŞ PASTA TURŞU	TÜRLÜ PİRİNÇ PİLAVI KARIŞIK SALATA AYRAN MEYVE	KREMALI BİSKÜVİ-ÇAY
14 Haziran 2022 Salı	ÇAY - MENEMEN - BEYAZ PEYNİR - ZEYTİN - SALATALIK - YOĞURT-DOMATES - REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ PATATES - FINDIK EZMESİ -	TAVUK TANDIR SALÇALI BULGUR PİLAVI YAYLA ÇORBASI KADAYIF SÖĞÜŞ	SARMISAKLI TAVUKLU PİLAV SALATA YAYLA ÇORBASI MEYVE NOHUT SULUSU	KREMALI BİSKÜVİ-MEYVE SUYU
15 Haziran 2022 Çarşamba	BEYAZ PEYNİR - DOMATES - SALATALIK - ZEYTİN - ÇORBA - BAL - YOĞURT- REÇEL - TEREYAĞI - ÇAY-- FINDIK EZMESİ	KURU FASÜLYE PİRİNÇ PİLAVI SÖĞÜŞ YAŞ PASTA TURŞU	TANTUNİ SOĞAN SALATASI YOĞURT MERCİMEK ÇORBASI MEYVE	KREMALI BİSKÜVİ-ÇAY
16 Haziran 2022 Perşembe	ÇAY - BEYAZ PEYNİR - YOĞURT- ZEYTİN -- REÇEL - TEREYAĞI - HAŞLANMIŞ YUMURTA - FINDIK EZMESİ -	TAVUK ŞİŞ SEBZELİ MAKARNA SALATA MERCİMEK ÇORBASI YAŞ PASTA	SEBZELİ KEBAP BULGUR PİLAVI AYRAN BAKLAVA	PUDİNG
17 Haziran 2022 Cuma	HAŞLANMIŞ YUMURTA - LABNE PAKET PEYNİR - ZEYTİN - BAL - REÇEL - YOĞURT-DOMATES - SALATALIK - TEREYAĞI - ÇAY	ET KÖFTE- SEBZELİ MAKARNA EZOGELİN ÇORBASI AYRAN YAŞ PASTA SALATA		

18 Haziran 2022 Cumartesi				
19 Haziran 2022 Pazar				
20 Haziran 2022 Pazartesi				
21 Haziran 2022 Salı				
22 Haziran 2022 Çarşamba				
23 Haziran 2022 Perşembe				
24 Haziran 2022 Cuma				
25 Haziran 2022 Cumartesi				
26 Haziran 2022 Pazar				
27 Haziran 2022 Pazartesi				
28 Haziran 2022 Salı				
29 Haziran 2022 Çarşamba				
30 Haziran 2022 Perşembe				
31 Mayıs 2022 Salı				

OSMAN ATEŞ
Pansiyon Müdür. Yrd.

Yusuf ERBAY
AŞÇI

ÖĞRENCİ TEMSİLCİSİ
PINARNUR DEMİR

ÜYE
FIRAT ŞAHAN
Ambar Memuru

Sibel DELİBAŞ
AŞÇI YARD.

1.06.2022
YAŞAR USLU
Okul Müdürü

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