**ŞEHİT SEVDA GÜNGÖR ANAOKULU ŞUBAT AYI BESLENME LİSTESİ**

**Not:1)”**Beslenme Dostu Okul” ve “Sağlıklı Okul”projeleri kapsamında pilav ve makarna yemeklerinin yanında ekmek kısıtlaması olacaktır.

**2)**Salam,sucuk,sosis gibi katkı maddeli ürünler kullanılmamaktır.

**3)**Meyveli çaylarımız mutfağımızda taze meyvelerden yapılmakta ve pekmez ile tatlandırılmaktadır.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tarih** | **Sabah Kahvaltısı** | **Öğle Yemeği** | **ARA ÖĞÜN** |
| **13.03.2023 PAZARTESİ** | Reçel,Peynir,,zeytin,süt | Soslu makarna ,yoğurt | Arpa şehriyeli çorba,elma |
| **14.03.2023**  **SALI** | Omlet, zeytin-, meyveli çay | Kıymalı Pırasa ,bulgur pilavı,mandalina | Havuçlu kek,süt |
| **15.03.2023 ÇARŞAMBA** | Mercimek çorbası, kıtır ekmek,mandalina | Nohutlu pirinç pilavı,patates sulusu ,sütlü revani | Simit,zeytin,beyaz peynir meyveli süt |
| **16.03.2023 PERŞEMBE** | Beyaz peynir,zeytin,reçel, meyveli çay | Etli kurufasulye,bulgur pilavı,yoğurt | Kaşar peynirli tost,süt |
| **17.03.2023**  **CUMA** | Patatesli yumurta,zeytin.süt | Kemik suyuna Mercimek çorba,peynirli börek,elma | Kurabiye,meyveli çay |
|  |  |  |  |
| **20.02.2023 PAZARTESİ** | Helva, peynir-zeytin, meyveli çay | Soslu makarna,yogurt | Tarçınlı kurabiye,süt |
| **21.02.2023**  **SALI** | Patatesli yumurta,zeytin , süt | Kabak yemeği,bulgur pilavı,ayran | Mercimekli köfte,ayran,tulumba tatlı |
| **22.02.2023 ÇARŞAMBA** | Arpa şehriyeli çorba, ekmek | Etli ,yoğurt soslu mantı,mevsim salata | Tereyaglı-ballı ekmek ,peynir ,süt |
| **23.02.2023 PERŞEMBE** | Omlet, zeytin-peynir, süt | Havuçlu pırasa yemeği ,pirinç pilavı,yogurt | Simit,zeytin,beyaz peynir,meyveli çay |
| **24.02.2023**  **CUMA** | Kaşarlı tost, meyveli çay | Kemik suyuna Mercimek çorba,peynirli börek | Elma,mandalina,bisküvi |
|  |  |  |  |
| **27.03.2023 PAZARTESİ** | **Fırında peynirli Omlet,domates,zeytin -süt** | **Mercimek çorba ,Soslu makarna,elma** | **Mercimek çorba,kıtır ekmek** |
| **28.03.2023**  **SALI** | **Tahin ,pekmez,zeytin,peynir,meyveli çay** | **Fırında sebzeli tavuk,pirinç pilav,ayran** | **Ev yapımı Sütlaç,elma** |
| **29.03.2023 ÇARŞAMBA** | **Sahanda yumurta,ballı-tereyaglı ekmek,süt** | **Mercimek çorba ,Soslu makarna,elma** | **Islak kek.meyli cay** |
| **30.03.2023 PERŞEMBE** | **Kaşar peynirli tost,zeytin,süt** | **Kıymalı nohut yemeği,bulgur pilavı,yoğurt** | **Tahin,pekmez,zeytin meyveli çay** |
| **31.03.2023**  **CUMA** | **Patatesli yumurta,zeytin,peynir,meyveli çay** | **Yogurtlu makarna,mevsim salata,elma** | **Ev pizzası, ayran** |