

# BÜMED MEÇ Okulları | Ekim 2016 | Yemek Listesi

3 Ekim 2016 Pazartesi		4 Ekim 2016 Salı		5 Ekim 2016 Çarşamba		6 Ekim 2016 Perşembe		7 Ekim 2016 Cuma									
SABAH	(Tahin-Pekmez), Muzlu Süt, Dil Peyniri, Biber/Marul/Maydanoz/Dereotu/Nane, Ceviz, Kuru Kayısı, Çavdar Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Taze Sıkılmış Portakal-Nar Suyu, Haşlanmış Yumurta, Kaşar Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Tam Tahıllı Buğday Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Süt, Beyaz Peynir, Çilek Reçeli-Tereyağı, Çubuk Havuç, Çavdar Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Kuşburnu Çayı, Otlu Omlet, Badem, Ev Yapımı Tam Tahıllı Zeytinli Poğaç	(Tahin-Pekmez), Süt, Kaşar Peyniri, Bal-Tereyağı, Biber/Marul/Maydanoz/Dereotu/Nane, Simit	ÖĞLEN	Mercimek Çorbası, Kıymalı Kabak Sandal Sefası, Tam Buğday Makarna, Havuç Salatası	Etlı Fırın Türülü, Peynirli Tepsi Böreği, Zeytinyağlı Yaprak Sarma, İncir	Kağıt Kebabı, Bulgur Pilavı, Zeytinyağlı Pırasa, Kıvırcık Salata	Etlı Nohut, Tel Şehriyeli Pirinç Pilavı, Karışık Turşu, Ayran	Domates Çorbası, Pürelı Sahan Köfte, Kuskus, Yoğurt						
İKİNDİ	Taze Meyveli (Üzüm-Mürdüm Eriği) Yoğurt, Grisini	Enerji Kidsbar, Ayran, Ev Yapımı Tuzlu Kurabiye	Meyve Salatası, Grisini	Enerji Kidsbar, Süt, Ev Yapımı Sakallı Sandviç	Ev Yapımı Naneli Limonata, Ev Yapımı Susamlı Kurabiye	10 Ekim 2016 Pazartesi		11 Ekim 2016 Salı		12 Ekim 2016 Çarşamba		13 Ekim 2016 Perşembe		14 Ekim 2016 Cuma			
SABAH	(Tahin-Pekmez), Süt, Beyaz Peynir, Biber/Marul/Maydanoz/Dereotu/Nane, Ceviz, Kuru İncir, Çavdar Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Taze Sıkılmış Elma Suyu, Haşlanmış Yumurta, Dil Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Tam Tahıllı Buğday Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Tarçınlı Ballı Süt, Labne, Vişne Reçeli-Tereyağı, Çubuk Havuç, Çavdar Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Böğürtlen Çayı, Omlet, Badem, Ev Yapımı Tam Tahıllı Peynirli Poğaç	(Tahin-Pekmez), Süt, Eritme Peynir, Bal-Tereyağı, Biber/Marul/Maydanoz/Dereotu/Nane, Simit	ÖĞLEN	Çıtır Balık, İspanaklı Tepsi Böreği, Roka-Marul Salatası, Tahin Helva	İzmir Köfte, Fırında Makarna, Yoğurt, Karpuz	Ezogelin Çorbası, Çiftlik Kebabı, Bulgur Pilavı, Ayran	Yoğurtlu Mantı, Fırın Mücver, Kıvırcık Salata, Armut	Tel Şehriye Çorbası, Izgara Köfte, Zeytinyağlı Fasulye Pilaki, Muz	İKİNDİ	Elma Çayı, Ev Yapımı Tam Tahıllı Poğaç	Enerji Kidsbar, Ev Yapımı Naneli Limonata, Ev Yapımı Kuru Üzümü Tarçınlı Kek	Meyve Salatası, Grisini	Enerji Kidsbar, Süt, Fırında Kaşarlı Ekmek Dilimleri	Ayran, Ev Yapımı Tam Tahıllı Poğaç
17 Ekim 2016 Pazartesi		18 Ekim 2016 Salı		19 Ekim 2016 Çarşamba		20 Ekim 2016 Perşembe		21 Ekim 2016 Cuma									
SABAH	(Tahin-Pekmez), Muzlu Süt, Dil Peyniri, Biber/Marul/Maydanoz/Dereotu/Nane, Ceviz, Kuru Kayısı, Çavdar Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Taze Sıkılmış Portakal-Nar Suyu, Haşlanmış Yumurta, Kaşar Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Tam Tahıllı Buğday Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Süt, Beyaz Peynir, Çilek Reçeli-Tereyağı, Çubuk Havuç, Çavdar Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Kuşburnu Çayı, Otlu Omlet, Badem, Ev Yapımı Tam Tahıllı Zeytinli Poğaç	(Tahin-Pekmez), Süt, Kaşar Peyniri, Bal-Tereyağı, Biber/Marul/Maydanoz/Dereotu/Nane, Simit	ÖĞLEN	Mercimek Çorbası, Orman Kebabı, Melek Pilavı, Sakızlı Fırın Sütlaç	Karışık Dolma, Pırasalı Tepsi Böreği, Yoğurt, Kavun	Izgara Köfte, Bulgur Pilavı, Kıvırcık Salata, Ayran	Ezogelin Çorbası, Dana Döner/Parmak Patates, Şehriyeli Pirinç Pilavı, Muz	Tas Kebabı, Kuskus, Zeytinyağlı Barbunya, Yoğurt	İKİNDİ	Taze Meyveli (Üzüm-Mürdüm Eriği) Yoğurt, Grisini	Enerji Kidsbar, Ayran, Simit	Meyve Salatası, Grisini	Enerji Kidsbar, Süt, Ev Yapımı Sakallı Sandviç	Ev Yapımı Naneli Limonata, Ev Yapımı Susamlı Kurabiye
24 Ekim 2016 Pazartesi		25 Ekim 2016 Salı		26 Ekim 2016 Çarşamba		27 Ekim 2016 Perşembe		28 Ekim 2016 Cuma									
SABAH	(Tahin-Pekmez), Süt, Kaşar Peyniri, Biber/Marul/Maydanoz/Dereotu/Nane, Ceviz, Kuru İncir, Çavdar Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Taze Sıkılmış Elma Suyu, Haşlanmış Yumurta, Dil Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Tam Tahıllı Buğday Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Tarçınlı Ballı Süt, Labne, Vişne Reçeli-Tereyağı, Çubuk Havuç, Çavdar Ekmeği	(Tahin-Pekmez), Böğürtlen Çayı, Omlet, Badem, Ev Yapımı Tam Tahıllı Peynirli Poğaç	(Tahin-Pekmez), Süt, Eritme Peynir, Bal-Tereyağı, Biber/Marul/Maydanoz/Dereotu/Nane, Simit	ÖĞLEN	Levrek Fileto, Domates Soslu Makarna, Roka-Marul Salatası, Tahin Helva	Etlı Pazi Sarma, Erişte, Yoğurt, Armut	Mercimek Çorbası, Kıymalı Makarna, Haşlanmış Sebze, Yoğurt	Etlı Kuru Fasulye, Tel Şehriyeli Pirinç Pilavı, Karışık Turşu, Ayran	Etlı Fırın Türülü, Bulgur Pilavı, Yoğurt, Üzüm	İKİNDİ	Elma Çayı, Ev Yapımı Tam Tahıllı Poğaç	Enerji Kidsbar, Ev Yapımı Naneli Limonata, Mozaik Pasta	Meyve Salatası, Grisini	Enerji Kidsbar, Süt, Fırında Kaşarlı Ekmek Dilimleri	Ev Yapımı Naneli Limonata, Ev Yapımı Üzümlü Tarçınlı Kek
31 Ekim 2016 Pazartesi																	
SABAH	(Tahin-Pekmez), Muzlu Süt, Dil Peyniri, Biber/Marul/Maydanoz/Dereotu/Nane, Ceviz, Kuru Kayısı, Çavdar Ekmeği																
ÖĞLEN	Macar Gulaş Yemeği, Peynirli Tortelini, Marul Salatası, Sakızlı Fırın Sütlaç																
İKİNDİ	Enerji Kidsbar, Ev Yapımı Naneli Limonata, Ev Yapımı Tuzlu Kurabiye																