

# BÜMED MEÇ Okulları | Kasım 2017 | Yemek Listesi

		1 Kasım 2017 Çarşamba		2 Kasım 2017 Perşembe		3 Kasım 2017 Cuma					
SABAH			(Tahin Pekmez) -Taze Sıkılmış Meyve Suyu (Portakal, Elma, Nar), Yumurtalı Ekmek, Çavdar Ekmeği, Beyaz Peynir, Bal-Tereyağı	(Tahin Pekmez) - Kuşburnu Çayı, Otlı Omlet, Simit, Eritme Peynir, Mevsim Yeşillikleri, Siyah-Yeşil Zeytin		(Tahin Pekmez) - Süt, Tam Tahıllı Anne Poğaçası, Dil Peyniri, Çilek Reçeli-Tereyağı, Badem					
ÖĞLEN			Yayla Çorbası, Tas Kebabı, Tereyağlı Patates Püresi, Közlenmiş Biber Salatası	Mercimek Çorbası, Etili Nohut, Tel Şehriyeli Pirinç Pilavı, Süzme Yoğurt, Mandalina		Orman Kebabı (Patates, Havuç, Bezelye), Bulgur Pilavı, Zeytinyağlı Enginar, Krem Karamel					
İKİNDİ			Enerji Kids Bar- Süt, Tam Tahıllı Zeytinli Açma	Süt, Üzümlü Tarçınlı Kek		Taze Sıkılmış Meyve Suyu (Portakal, Havuç) , Ev Yapımı Susamlı Kurabiye					
		6 Kasım 2017 Pazartesi		7 Kasım 2017 Salı		8 Kasım 2017 Çarşamba		9 Kasım 2017 Perşembe		10 Kasım 2017 Cuma	
SABAH	(Tahin Pekmez) - Süt, Peynirli Omlet, Çavdar Ekmeği, Vişne Reçeli-Tereyağı, Labne, Mevsim Yeşillikleri	(Tahin Pekmez) - Böğürtlen Çayı, Simit, Beyaz Peynir, Kayısı Marmelatı-Tereyağı, Badem	(Tahin Pekmez) -Taze Sıkılmış Meyve Suyu (Portakal, Elma, Nar), Çavdar Ekmeği, Haşlanmış Yumurta, Kaşar Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Kuru Kayısı	(Tahin Pekmez) - Süt, Krep, Çavdar Ekmeği, Bal-Tereyağı, İzmir Tulumu, Ceviz, Muz	(Tahin Pekmez) - Kuşburnu Çayı, Çavdar Ekmeği, Patatesli Omlet, Beyaz Peynir, Siyah-Yeşil Zeytin, Kuru Kayısı						
ÖĞLEN	Ezogelin Çorbası, İzmir Köfte, Peynirli Su Böreği, Armut	Etili Kuru Fasulye, Pirinç Pilavı, Karışık Turşu, Yoğurtlu Kereviz Salatası, Ayran	Sebze Çorbası, Fırında Halka Palamut-Haşlanmış Patates Garnitür, Düdük Makarna, Roka-Kıvırcık Salata	Etili Fırın Türlü, Zerdeçalı Bademli Pilav, Narlı Peynirli Ispanak Salatası, Tarçınlı Sakızlı Muhallebi	Soğan Çorbası, Yaprak Döner, Fırında Baharatlı Patates-Süzme Yoğurtlu Dip Sos, Buğday Salatası						
İKİNDİ	Enerji Kids Bar- Elma Çayı, Fırında Kaşarlı Ekmek	Süt, Kakaolu Alaca Kek	Enerji Kids Bar- Süt, Tam Tahıllı Anne Poğaçası	Taze Sıkılmış Meyve Suyu (Portakal, Havuç), Ev Yapımı Sakallı Sandviç	Ayran, Simit-Eritme Peynir						
		13 Kasım 2017 Pazartesi		14 Kasım 2017 Salı		15 Kasım 2017 Çarşamba		16 Kasım 2017 Perşembe		17 Kasım 2017 Cuma	
SABAH	(Tahin Pekmez) - Ballı Süt, Tam Tahıllı Sade Anne Poğaçası, Kaşar Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Ceviz	(Tahin Pekmez) -Taze Sıkılmış Portakal Suyu, Yumurtalı Ekmek, Çavdar Ekmeği, Beyaz Peynir, Bal-Tereyağı	(Tahin Pekmez) -Böğürtlen Çayı, Çavdar Ekmeği, Haşlanmış Yumurta, Kaşar Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Kuru Kayısı	(Tahin Pekmez) - Kuşburnu Çayı, Peynirli Omlet, Simit, Eritme Peyniri, Mevsim Yeşillikleri, Siyah-Yeşil Zeytin	(Tahin Pekmez) - Süt, Tam Tahıllı Anne Poğaçası, Dil Peyniri, Çilek Reçeli-Tereyağı, Badem						
ÖĞLEN	Brokoli Çorbası, Terbiyeli Kuzu Şiş, Siyez Bulgurlu Salata, Yoğurtlu Yer Elması	Kıymalı Lazanya, Zeytinyağlı Yaprak Sarma, Kinoalı Kısır Salatası, Tiramisu	Domates Çorbası (Rendelenmiş Kaşar Peyniri), Yoğurtlu Tereyağlı Manti, Yeşil Mercimek Salatası, Mandalina	Etili Lahana Sarma-Yoğurt, Zeytinyağlı Barbunya Fasulye, Renkli Biberli Kuskus Salatası, Elma	Tutmaç Çorbası, Izgara Köfte/Haşlanmış Patates, Ispanaklı Sufle, Siyez Bulgurlu Salata						
İKİNDİ	Ev Yapımı Limonata, Şekersiz Mozaik Pasta (Yulaf, Süt, Muz, Kakao, Pekmez)	Süt, Ev Yapımı Tuzlu Kurabiye	Enerji Kids Bar- Süt, Tam Tahıllı Zeytinli Açma	Süt, Üzümlü Tarçınlı Kek	Enerji Kids Bar- Taze Sıkılmış Meyve Suyu (Portakal, Havuç), Ev Yapımı Susamlı Kurabiye						
		20 Kasım 2017 Pazartesi		21 Kasım 2017 Salı		22 Kasım 2017 Çarşamba		23 Kasım 2017 Perşembe		24 Kasım 2017 Cuma	
SABAH	(Tahin Pekmez) -Taze Sıkılmış Meyve Suyu (Portakal, Elma, Nar), Çavdar Ekmeği, Haşlanmış Yumurta, Kaşar Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Kuru Kayısı	(Tahin Pekmez) - Süt, Tam Tahıllı Zeytinli Anne Poğaçası, Vişne Reçeli-Tereyağı, Labne, Mevsim Yeşillikleri	(Tahin Pekmez) - Böğürtlen Çayı, Peynirli Su Böreği, Çavdar Ekmeği, Kayısı Marmelatı-Tereyağı, Badem	(Tahin Pekmez) - Süt, Krep, Çavdar Ekmeği, Bal-Tereyağı, İzmir Tulumu, Ceviz, Muz	(Tahin Pekmez) - Kuşburnu Çayı, Simit, Patatesli Omlet, Eritme Peynir, Siyah-Yeşil Zeytin, Kuru Kayısı						
ÖĞLEN	Fırında Çıtır Balık (Mezgit)- Haşlanmış Patates Garnitür, Zeytinyağlı Biber Dolması, Roka-Kıvırcık Salata, Muz	Terbiyeli Ekşili Sulu Köfte, Üç Renkli Sebzeli Rulo Börek (Ispanak, Havuç Patates), Nohutlu Kinoa Salatası, Çikolatalı Puding	Balkabağı Çorbası, Tas Kebabı, Tereyağlı Patates Püresi, Yoğurtlu Mercimek Salatası	Domates Soslu Ev Usulü Hamburger, Fırında Baharatlı Patates-Süzme Yoğurtlu Dip Sos (Nane-Süzme Yoğurt) , Piyaz Salatası, Ayran	Tarhana Çorbası, Rosto Köfte, Sebzeli Bulgur Pilavı, Portakal						
İKİNDİ	Enerji Kids Bar- Süt, Kakaolu Alaca Kek	Elma Çayı, Fırında Kaşarlı Ekmek	Süt, Tam Tahıllı Anne Poğaçası	Enerji Kids Bar- Taze Sıkılmış Meyve Suyu (Portakal, Havuç), Ev Yapımı Sakallı Sandviç	Ayran, Ev Yapımı Tuzlu Kurabiye						
		27 Kasım 2017 Pazartesi		28 Kasım 2017 Salı		29 Kasım 2017 Çarşamba		30 Kasım 2017 Perşembe			
SABAH	(Tahin Pekmez) -Ballı Süt, Çavdar Ekmeği, Haşlanmış Yumurta, Kaşar Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Kuru Kayısı	(Tahin Pekmez) -Böğürtlen Çayı, Tam Tahıllı Sade Anne Poğaçası, Kaşar Peyniri, Siyah-Yeşil Zeytin, Ceviz	(Tahin Pekmez) -Taze Sıkılmış Portakal Suyu, Yumurtalı Ekmek, Çavdar Ekmeği, Beyaz Peynir, Bal-Tereyağı	(Tahin Pekmez) - Kuşburnu Çayı, Peynirli Omlet, Simit, Eritme Peynir, Mevsim Yeşillikleri, Siyah-Yeşil Zeytin							
ÖĞLEN	Mercimek Çorbası, Orman Kebabı, Peynirli Rulo Börek, Elmalı Tart	Kuru Börülce Çorbası, Fırında Soslu Dana Sebzeli Rosto, Soslu Spagetti, Brokoli-Havuç-Karnabahar Salatası	Yoğurtlu Ev Usulu İskender, Zeytinyağlı Pırasa, Havuçlu Mercimek Salatası, Tarçınlı Meyve Salatası	Etili Bezelye, Melek Pilavı, Zeytinyağlı Bamya, Kivi							
İKİNDİ	Ev Yapımı Naneli Limonata, Ev Yapımı Tuzlu Kurabiye	Enerji Kids Bar- Süt, Chia Puding (Süt, Bal, Tarçın)	Süt, Tam Tahıllı Zeytinli Açma	Enerji Kids Bar- Süt, Üzümlü Tarçınlı Kek							