

EYLÜL - 2017 AYLIK YEMEK LİSTESİ

4.Eyl.17	5.Eyl.17	6.Eyl.17	7.Eyl.17	8.Eyl.17
KURBAN BAYRAMI	KURU FASULYE (350 kcal) PİRİNÇ PİLAVI (326 kcal) KARIŞIK TURŞU (100 kcal) MEYVE (52 kcal)	PATLICAN MUSAKKA (210 kcal) NOHUTLU BULGUR PİLAVI (316 kcal) KURU CACIK (100 kcal) TATLI (500 kcal)	MERCİMEK ÇORBASI (183 kcal) MANTAR SOSLU TAVUK BUT (250 kcal) LOR PEYNİRLİ ERİŞTE (340 kcal) MEVSİM SALATA (123 kcal)	KARIŞIK SEBZE ÇORBASI (113 kcal) PATATES PÜRELİ TAS KEBABI (339 kcal) YOĞURT (139 kcal) MEYVE (94 kcal)
11.Eyl.17	12.Eyl.17	13.Eyl.17	14.Eyl.17	15.Eyl.17
KIYMALI KABAK MUSAKKA (300 kcal) PEYNİR SOSLU PENNE MAKARNA (227 kcal) KURU CACIK (100 kcal) MEYVE (95 kcal)	BASKEZ SOSLU PİLİÇ BAGET (247 kcal) ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (326 kcal) MEVSİM SALATASI (123 kcal) MEYVE (102 kcal)	NOHUT YEMEĞİ (350 kcal) BULGUR PİLAVI (316 kcal) TURŞU (100 kcal) TATLI (500 kcal)	PATATESLİ MACAR GULAŞ (460 kcal) ARPA ŞEHRİYE PİLAVI (326 kcal) CACIK (100 kcal) MEYVE (94 kcal)	MERCİMEK ÇORBASI (183 kcal) SEBZELİ KÖFTE (337 kcal) FIRIN MAKARNA (400 kcal) TATLI (319 kcal)
18.Eyl.17	19.Eyl.17	20.Eyl.17	21.Eyl.17	22.Eyl.17
KURU FASULYE (350 kcal) PİRİNÇ PİLAVI (326 kcal) CACIK (100 kcal) MEYVE (52 kcal)	PATATES PÜRELİ DALYAN KÖFTE (500 kcal) LOR PEYNİRLİ ERİŞTE (340 kcal) YOĞURT (139 kcal) TATLI (500 kcal)	DOMATES ÇORBASI (48 kcal) MEVSİM TÜRLÜSÜ (221 kcal) MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI (316 kcal) MEYVE (73 kcal)	ETLİ PATLICAN KEBABI (306 kcal) TEL ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (326 kcal) MEVSİM SALATASI (123 kcal) TATLI (500 kcal)	MERCİMEK ÇORBASI (183 kcal) MANTARLI TAVUK SOTE (250 kcal) DOMATESLİ PENNE MAKARNA (400 kcal) MEYVE (94 kcal)
25.Eyl.17	26.Eyl.17	27.Eyl.17	28.Eyl.17	29.Eyl.17
YAYLA ÇORBASI (115 kcal) PATATES OTURTMA (250 kcal) MEVSİM SATALASI (123 kcal) TATLI (500 kcal)	SEBZE ÇORBASI (113 kcal) MANTARLI ET SOTE (212 kcal) ERİŞTE (340 kcal) MEYVE (52 kcal)	NOHUT YEMEĞİ (350 kcal) PİRİNÇ PİLAVI (326 kcal) CACIK (100 kcal) TATLI (183 kcal)	MEVSİM TÜRLÜSÜ (221 kcal) MEYHANE USULÜ BULGUR PİLAVI (316 kcal) YOĞURT (139 kcal) MEYVE (102 kcal)	SEBZELİ PİLİÇ EMENSE (215 kcal) DOMATES SOSLU PENNE MAKARNA (227 kcal) PANCAR SALATASI (64 kcal) TATLI (319 kcal)