

## 2023 HAZİRAN AYI YEMEK LİSTESİ

Tarih	SABAH				ÖĞLE				AKŞAM			
	Yemek-1	Yemek-2	Yemek-3	Yemek-4	Yemek-1	Yemek-2	Yemek-3	Yemek-4	Yemek-1	Yemek-2	Yemek-3	Yemek-4
1.06.2023	BEYAZ PEYİR	SIYAH ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	ÇAY	MERCİMEK ÇORBA (192 kcal)	BURGER KÖFTE+GARNİTÜR (324 kcal)	TEL ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI (340 kcal)	KIBRIS TATLISI (394 kcal)	YAYLA ÇORBA (198 kcal)	ETLİ BEZELYE (350 kcal)	SU BÖREĞİ (382 kcal)	OSMANLI ŞERBETİ (204 kcal)
2.06.2023	KAŞAR PEYİRİ	YEŞİL ZEYTİN	BAL+TEREYAĞ	ÇAY	TARHANA ÇORBA(158 kcal)	BAHÇEVAN KEBABI (467 kcal)	SOSLU MAKARNA (339 kcal)	HAVUÇ TARATOR (149 kcal)	BROKOLİ ÇORBA (147 kcal)	TAVUK KÖFTE+GARNİTÜR (277 kcal)	NOHUT SALATASI (198 kcal)	SUPANGLE (364 kcal)
3.06.2023	ÜÇGEN PEYİR	SIYAH ZEYTİN	KAKAOLU FINDIK KREMASI	SÜT	ARABAŞI ÇORBA (202 kcal)	PATLICAN MUSAKKA (423 kcal)	MELEK PİLAVI (356 kcal)	AYRAN (67 kcal)	TUTMAÇ ÇORBA (201 kcal)	TERBİYELİ KÖFTE (403 kcal)	MEYHANE PİLAVI (338 kcal)	KARPUZ (78 kcal)
4.06.2023	HAŞLANMIŞ YUMURTA	YEŞİL ZEYTİN	REÇEL+TEREYAĞ	ÇAY	GÖÇE ÇORBA (198 kcal)	BAHÇE SOSLU FIRIN TAVUK(362 kcal)	PEYNİRLİ ERİŞTE (368 kcal)	ÇOBAN SALATA (92 kcal)	HÜNKAR ÇORBA (204 kcal)	ETLİ KURU FASULYE (388 kcal)	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (356 kcal)	CACIK (118 kcal)
5.06.2023	BEYAZ PEYİR	SIYAH ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	SÜT	SEBZE ÇORBA (157 kcal)	İÇLİ KÖFTE+GARNİTÜR (400 kcal)	BÖRÜLCE SALATASI (270 kcal)	ŞEKERPARE (377 kcal)	MERCİMEK ÇORBA (192 kcal)	TAS KEBABI (420 kcal)	SOSLU MAKARNA (339 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)
6.06.2023	ÜÇGEN PEYİR	YEŞİL ZEYTİN	DOMATES-SALATALIK	ÇAY	KÖYLÜ ÇORBA (198 kcal)	PATATES OTURTMA (452 kcal)	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI (360 kcal)	KARPUZ (78 kcal)	TEL ŞEHRİYE ÇORBA (194 kcal)	BALIK-GARNİTÜR (570 kcal)	PIYAZ (260 kcal)	İRMİK HELVASI (387 kcal)
7.06.2023	KAŞAR PEYİRİ	SIYAH ZEYTİN	BAL+TEREYAĞ	ÇAY	NANELİ YOĞURT ÇORBA (188 kcal)	FIRIN TAVUK BUT (430 kcal)	PESTO SOSLU MAKARNA (291 kcal)	KARIŞIK KOMPOSTO (214 kcal)	DOMATES ÇORBASI (163 kcal)	İZMİR KÖFTE (394 kcal)	YOĞ. PATLICAN (138 kcal)	ERİK (132 kcal)
8.06.2023	HAŞLANMIŞ YUMURTA	YEŞİL ZEYTİN	KAKAOLU FINDIK KREMASI	ÇAY	KİLİS ÇORBA (198 kcal)	PİLAV ÜSTÜ ET DÖNER (423 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)	AYRAN (67 kcal)	TAVUK SUYU ÇORBA (202 kcal)	ETLİ NOHUT (388 kcal)	BULGUR PİLAVI (338 kcal)	CACIK (118 kcal)
9.06.2023	ÜÇGEN PEYİR	SIYAH ZEYTİN	REÇEL+TEREYAĞ	ÇAY	TARHANA ÇORBA(158 kcal)	YOĞ.BİBER DOLMA (361 kcal)	ZY.BARBUNYA (332 kcal)	SUPANGLE (364 kcal)	EZOĞELİN ÇORBA (202 kcal)	SEBZELİ FIRINDA TAVUK (358 kcal)	ERİŞTE KAVURMA (322 kcal)	ÇOBAN SALATA (92 kcal)
10.06.2023	BEYAZ PEYİR	YEŞİL ZEYTİN	DOMATES-SALATALIK	ÇAY	YAYLA ÇORBA (198 kcal)	ORMAN KEBABI (432 kcal)	MEYHANE PİLAVI (338 kcal)	YENİ DÜNYA (96 kcal)	KÖYLÜ ÇORBA (198 kcal)	MENGEN MUSAKKA (436 kcal)	MELEK PİLAVI (356 kcal)	KAZANDIBİ (342 kcal)
11.06.2023	KAŞAR PEYİRİ	SIYAH ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	SÜT	DOMATES ÇORBASI (163 kcal)	ÇİFTLİK KÖFTE (429 kcal)	SOSLU MAKARNA (339 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)	TUTMAÇ ÇORBA (201 kcal)	SEBZELİ MANTARLI ET GÜVEÇ (402 kcal)	MERCİMEKLI BULGUR PİLAVI (394 kcal)	AYRAN (67 kcal)
12.06.2023	HAŞLANMIŞ YUMURTA	YEŞİL ZEYTİN	BAL+TEREYAĞ	ÇAY	ARABAŞI ÇORBA (202 kcal)	ETLİ NOHUT (388 kcal)	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (356 kcal)	YOĞURT (146 kcal)	GÖÇE ÇORBA (198 kcal)	PÜRELİ MİTİTE KÖFTE (387 kcal)	ZY. TAZE FASULYE (184 kcal)	KARPUZ (78 kcal)
13.06.2023	ÜÇGEN PEYİR	SIYAH ZEYTİN	KAKAOLU FINDIK KREMASI	ÇAY	TERBİYELİ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (192 kcal)	PATLICAN KEBAP (453 kcal)	BULGUR PİLAVI (453 kcal)	ÇOBAN SALATA (92 kcal)	MERCİMEK ÇORBA (192 kcal)	YOĞ. KIYMALI İSPANAK (353 kcal)	SOSLU MAKARNA (339 kcal)	KURU ÜZÜM KOMPOSTOSU (216 kcal)
14.06.2023	KAŞAR PEYİRİ	YEŞİL ZEYTİN	DOMATES-SALATALIK	ÇAY	BROKOLİ ÇORBA (147 kcal)	TAVUK KÖFTE+GARNİTÜR (277 kcal)	NOHUT SALATASI (198 kcal)	BİSKÜVİLİ PASTA (300 kcal)	TARHANA ÇORBA(158 kcal)	PİLAV ÜSTÜ ET DÖNER (423 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)	AYRAN (67 kcal)
15.06.2023	BEYAZ PEYİR	SIYAH ZEYTİN	REÇEL+TEREYAĞ	ÇAY	EZOĞELİN ÇORBA (202 kcal)	KIYMALI MEVSİM TÜRLÜ (352 kcal)	SEBZELİ MAKARNA (330 kcal)	OSMANLI ŞERBETİ (204 kcal)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (188 kcal)	ŞEHRİYELİ GÜVEÇ (497 kcal)	BÖRÜLCE SALATASI (270 kcal)	ŞEKERPARE (377 kcal)
16.06.2023	HAŞLANMIŞ YUMURTA	YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	ÇAY	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA (194 kcal)	İZMİR KÖFTE (394 kcal)	YOĞ KARIŞIK KIZARTMA (401 kcal)	ERİK (132 kcal)	SEBZE ÇORBA (157 kcal)	ETLİ KURU FASULYE (388 kcal)	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (356 kcal)	ÇOBAN SALATA (92 kcal)
17.06.2023	KAŞAR PEYİRİ	SIYAH ZEYTİN	KAKAOLU FINDIK KREMASI	SÜT	TUTMAÇ ÇORBA (201 kcal)	ETLİ BEZELYE (350 kcal)	TEL ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI (340 kcal)	CACIK (118 kcal)	DOMATES ÇORBASI (163 kcal)	İÇLİ KÖFTE+GARNİTÜR (400 kcal)	MAKARNA SALATASI (290 kcal)	SUPANGLE (364 kcal)
18.06.2023	ÜÇGEN PEYİR	YEŞİL ZEYTİN	DOMATES-SALATALIK	ÇAY	GÖÇE ÇORBA (198 kcal)	ÇİFTLİK KEBAP (478 kcal)	MELEK PİLAVI (356 kcal)	ÇOBAN SALATA (92 kcal)	YÖRÜK ÇORBA (194 kcal)	MENGEN MUSAKKA (436 kcal)	BULGUR PİLAVI (338 kcal)	KARPUZ (78 kcal)
19.06.2023	BEYAZ PEYİR	SIYAH ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	ÇAY	MERCİMEK ÇORBA (192 kcal)	BALIK-GARNİTÜR (570 kcal)	BARBUNYA PİLAKI (303 kcal)	İRMİK HELVASI (387 kcal)	HÜNKAR ÇORBA (204 kcal)	ETLİ NOHUT (388 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)	BİSKÜVİLİ PASTA (300 kcal)
20.06.2023	HAŞLANMIŞ YUMURTA	YEŞİL ZEYTİN	REÇEL+TEREYAĞ	SÜT	TARHANA ÇORBA(158 kcal)	ETLİ KURU FASULYE (388 kcal)	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (356 kcal)	KARPUZ (78 kcal)	EZOĞELİN ÇORBA (202 kcal)	ORMAN KEBABI (432 kcal)	PEYNİRLİ ERİŞTE (368 kcal)	HAVUÇ TARATOR (149 kcal)
21.06.2023	ÜÇGEN PEYİR	SIYAH ZEYTİN	KAKAOLU FINDIK KREMASI	ÇAY	NANELİ YOĞURT ÇORBA (188 kcal)	TAVUK ŞİNİTZEL+GARNT. (478 kcal)	KISIR (235 kcal)	AYRAN (67 kcal)	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA (194 kcal)	YOĞ.BİBER DOLMA (361 kcal)	ZY.BARBUNYA (332 kcal)	KİRAZ (144 kcal)
22.06.2023	BEYAZ PEYİR	YEŞİL ZEYTİN	DOMATES-SALATALIK	ÇAY	ANADOLU ÇORBA (203 kcal)	KIYMALI TAZE FASULYE (336 kcal)	SU BÖREĞİ (382 kcal)	KARIŞIK KOMPOSTO (214 kcal)	YAYLA ÇORBA (198 kcal)	BURGAZ KEBABI (418 kcal)	SOSLU MAKARNA (339 kcal)	ÇOBAN SALATA (92 kcal)
23.06.2023	KAŞAR PEYİRİ	SIYAH ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	ÇAY	SEBZE ÇORBA (157 kcal)	PİLAV ÜSTÜ ET DÖNER (423 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)	AYRAN (67 kcal)	TAVUK SUYU ÇORBA (202 kcal)	ETLİ NOHUT (388 kcal)	TEL ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI (340 kcal)	CACIK (118 kcal)
24.06.2023	HAŞLANMIŞ YUMURTA	YEŞİL ZEYTİN	KAKAOLU FINDIK KREMASI	ÇAY	EZOĞELİN ÇORBA (202 kcal)	İÇLİ KÖFTE+GARNİTÜR (400 kcal)	PATATES SALATASI (302 kcal)	KAZANDIBİ (342 kcal)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (188 kcal)	PATLICAN MUSAKKA (423 kcal)	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (356 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)
25.06.2023	BEYAZ PEYİR	SIYAH ZEYTİN	BAL+TEREYAĞ	ÇAY	TEL ŞEHRİYE ÇORBA (194 kcal)	SEBZELİ MANTARLI ET GÜVEÇ (402 kcal)	MERCİMEKLI BULGUR PİLAVI (394 kcal)	KABAK TARATOR (130 kcal)	TARHANA ÇORBA(158 kcal)	BURGER KÖFTE+GARNİTÜR (324 kcal)	PIYAZ (260 kcal)	ERİK (132 kcal)
26.06.2023	ÜÇGEN PEYİR	YEŞİL ZEYTİN	KAKAOLU FINDIK KREMASI	SÜT	BROKOLİ ÇORBA (147 kcal)	PİLAV ÜSTÜ TAVUK TANDIR (579 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)	AYRAN (67 kcal)	KİLİS ÇORBA (198 kcal)	BAHÇEVAN KEBABI (467 kcal)	SEBZELİ MAKARNA (330 kcal)	KARIŞIK KOMPOSTO (214 kcal)
27.06.2023	HAŞLANMIŞ YUMURTA	SIYAH ZEYTİN	REÇEL+TEREYAĞ	ÇAY	DOMATES ÇORBASI (163 kcal)	YOĞ.BİBER DOLMA (361 kcal)	BÖRÜLCE SALATASI (270 kcal)	KİRAZ (144 kcal)	SEBZE ÇORBA (157 kcal)	TAVUK ŞİNİTZEL+GARNT. (478 kcal)	KISIR (235 kcal)	AYRAN (67 kcal)
28.06.2023	KAŞAR PEYİRİ	YEŞİL ZEYTİN	DOMATES-SALATALIK	ÇAY	EZOĞELİN ÇORBA (202 kcal)	ROSTO ET+PATATES PÜRESİ (402 kcal)	SOSLU MAKARNA (339 kcal)	BAKLAVA (330 kcal)	TERBİYELİ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (192 kcal)	ETLİ TÜRLÜ (352 kcal)	MEYHANE PİLAVI (338 kcal)	YOĞURT (146 kcal)
29.06.2023	BEYAZ PEYİR	SIYAH ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	ÇAY	NANELİ YOĞURT ÇORBA (188 kcal)	ETLİ NOHUT (388 kcal)	MELEK PİLAVI (356 kcal)	ÇOBAN SALATA (92 kcal)	TARHANA ÇORBA(158 kcal)	İÇLİ KÖFTE+GARNİTÜR (400 kcal)	ŞEHRİYE SALATA (236 kcal)	KIBRIS TATLISI (394 kcal)
30.06.2023	ÜÇGEN PEYİR	YEŞİL ZEYTİN	KAKAOLU FINDIK KREMASI	ÇAY	TUTMAÇ ÇORBA (201 kcal)	KARNİYARİK (437 kcal)	BULGUR PİLAVI (338 kcal)	CACIK (118 kcal)	ANADOLU ÇORBA (203 kcal)	PİLAV ÜSTÜ ET DÖNER (423 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)	AYRAN (67 kcal)
31.05.2023	HAŞLANMIŞ YUMURTA	YEŞİL ZEYTİN	KAKAOLU FINDIK KREMASI	ÇAY	YÖRÜK ÇORBA (194 kcal)	PÜRELİ TAVUK SOTE (358 kcal)	YOĞ.KARIŞIK KIZARTMA (401 kcal)	ERİK (132 kcal)	SEBZE ÇORBA (157 kcal)	PİLAV ÜSTÜ ET DÖNER (423 kcal)	MEVSİM SALATA (108 kcal)	AYRAN (67 kcal)