

**TEKİRDAĞ SÜLEYMANPAŞA EBRU NAYİM FEN LİSESİ 01.03.2020 - 31.03.2020 TARİHLERİ
ARASI YEMEK LİSTESİ**

TARİH	KAHVARTI	ÖĞLE YEMEĞİ	AKŞAM YEMEĞİ	ARA ÖĞÜN
01.03.2020 PAZAR	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ DOMATES SALATALIK	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI TAVUK SOTE PİRİNÇ PİLAVI AYRAN	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI TAVUK SOTE PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT	KIR PİDESİ AYRAN
02.03.2020 PAZART	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ SİMİT	YAYLA ÇORBASI ETLİ PATATES SOSLU SPAGETTİ AYRAN - ŞEKERPAZE	YAYLA ÇORBASI MEVSİM TÜRLÜ SOSLU SPAGETTİ YOĞURT	KAKAOLU KURABİYE SÜT
03.03.2020 SALI	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ MISIR GEV-SÜT	EZOĞELİN ÇORBA TEKİRDAĞ KÖFTE+PAT. KIZ. MAKARNA AYRAN - ELMA	EZOĞELİN ÇORBA GARNİTÜRLÜ TAVUK SARMA MAKARNA YOĞURT	PEYNİRLİ POĞAÇA AYRAN
04.03.2020 ÇARŞAM	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ SUCUKLU YUMURTA	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI DALYAN KÖFTE+PAT. PÜRE BULGUR PİLAVI AYRAN	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA PATLICAN MUSAKKA BULGUR PİLAVI YOĞURT	ELMALI KURABİYE MEYVE SUYU
05.03.2020 PERŞEM	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ DOMATES - SALATALIK	TAVUK SUYU ÇORBA NOHUT TAVUKLU PİRİNÇ PİLAVI AYRAN - TURŞU	TAVUK SUYU ÇORBA TAVUKLU BEZELYE PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT	PAÇANGA AYRAN
06.03.2020 CUMA	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ PEYNİRLİ YUMURTA	MERCİMEK ÇORBASI ZEYTİNYAĞLI PIRASA SOSLU MAKARNA MEVSİM SALATA - AYRAN	MERCİMEK ÇORBASI ZEYTİNYAĞLI PIRASA MAKARNA YOĞURT	TARÇINLI KEK SÜT
07.03.2020 CUMARTİ	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ OMLET	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI TAVUK DÖNER+PAT.KIZ. KUSKUS AYRAN	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI KIYMALI BEZELYE KUSKUS YOĞURT	SİMİT AYRAN
08.03.2020 PAZAR	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ HAŞLANMIŞ YUMURTA	YAYLA ÇORBASI İZMİR KÖFTE BULGUR PİLAVI AYRAN	YAYLA ÇORBASI İZMİR KÖFTE BULGUR PİLAVI YOĞURT	EKLER SÜT
09.03.2020 PAZARTİ	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ MISIR GEVREĞİ-SÜT	EZOĞELİN ÇORBASI ORMAN KEBABİ PİRİNÇ PİLAVI AYRAN-HAYRABOLU TATLISI	EZOĞELİN ÇORBASI YEŞİL MERCİMEK MANTI ELMA	KIR PİDESİ AYRAN
10.03.2020 SALI	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ PATATESLİ YUMURTA	UN ÇORBASI KADINBUDU KÖF+PAT. KIZARTMA MAKARNA HAVUÇLU YOĞURT	UN ÇORBASI TAVUK HAŞLAMA MAKARNA YOĞURT	KAKAOLU KURABİYE SÜT

11.03.2020 ÇARŞAM	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ DOMATES-SALATALIK	SEBZE ÇORBASI ETLİ KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI AYRAN - TURŞU	SEBZE ÇORBASI ÇİFTLİK KÖFTE KUSKUS YOĞURT	PATATESLİ GÜL BÖREĞİ AYRAN
12.03.2020 PERŞEM	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ SUCUKLU YUMURTA	MERCİMEK ÇORBASI İZMİR KÖFTE SOSLU SPAGETTİ AYRAN - KADAYIF TATLISI	MERCİMEK ÇORBASI TAVUKLU PATATES SOSLU SPAGETTİ YOĞURT	ELMALI KURABİYE SÜT
13.03.2020 CUMA	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ OMLET	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI SEBZELİ TAVUK BULGUR PİLAVI AYRAN	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI SEBZELİ TAVUK BULGUR PİLAVI YOĞURT	PEYNİRLİ POĞAÇA AYRAN
14.03.2020 CUMARTI	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ HAŞLANMIŞ YUMURTA	EZOĞELİN ÇORBASI ŞİNİTZEL+PAT.KIZARTMA KUSKUS AYRAN	EZOĞELİN ÇORBA BEŞ.SOSLU KIYMALI KARNABA KUSKUS YOĞURT	EKLER SÜT
15.03.2020 PAZAR	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ MISIR GEVREĞİ - SÜT	YAYLA ÇORBASI ETLİ KURU FASULYE BULGUR PİLAVI AYRAN	YAYLA ÇORBASI ETLİ KURU FASULYE BULGUR PİLAVI YOĞURT	ZEYTİNLİ POĞAÇA AYRAN
16.03.2020 PAZARTI	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ PEYNİRLİ YUMURTA	TAVUK SUYU ÇORBA MEVSİM TÜRLÜ MANTI ELMA	TAVUK SUYU ÇORBA YEŞİL MERCİMEK MANTI MUZ	TARÇINLI KEK MEYVE SUYU
17.03.2020 SALI	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ OMLET	EKŞİLİ KÖFTE BULGUR PİLACVI YOĞURT HAŞHAŞLI REVANİ	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI TAVUK HAŞLAMA MAKARNA BİBERLİ YOĞURT	PİZZA AYRAN
18.03.2020 ÇARŞAM	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ SUCUKLU YUMURTA	MERCİMEK ÇORBASI ARNAVUT CİĞERİ+PAT.KIZART MAKARNA AYRAN	MERCİMEK ÇORBASI ÇİFTLİK KÖFTE MAKARNA YOĞURT	KAKAOLU KURABİYE SÜT
19.03.2020 PERŞEM	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ DOMATES - SALATALIK	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI ETLİ NOHUT PİRİNÇ PİLAVI AYRAN	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI BEŞAMEL SOSLU GARN.LÜ TAV PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT	PEYNİRLİ GÜL BÖREĞİ AYRAN
20.03.2020 CUMA	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ MISIR GEVREĞİ-SÜT	EZOĞELİN ÇORBA FIRINDA PATATESLİ BAGET SOSLU SPAGETTİ YOĞURT	EZOĞELİN ÇORBA FIRINDA PATATESLİ BAGET SOSLU SPAGETTİ YOĞURT	ELMALI KURABİYE MEYVE SUYU
21.03.2020 CUMARTI	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ PATATESLİ YUMURTA	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI TAVUKLU BEZELYE MANTI KAKAOLU PUDİNG	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI İZMİR KÖFTE MAKARNA YOĞURT	SİMİT AYRAN
22.03.2020 PAZAR	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ OMLET	MERCİMEK ÇORBASI SUCUKLU KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI AYRAN	MERCİMEK ÇORBASI SUCUKLU KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT	HAVUÇLU KEK MEYVE SUYU

23.03.2020 PAZARTESİ	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ ZEYTİNLİ POĞAÇA	YAYLA ÇORBASI DALYAN KÖFTE+PAT.PÜRESİ MAKARNA AYRAN	YAYLA ÇORBASI SEBZELİ TAVUK MAKARNA YOĞURT	KIR PİDESİ AYRAN
24.03.2020 SALI	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ PATATESLİ YUMURTA	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI ORMAN KEBABI KISIR AYRAN-ETİMEK TATLISI	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI KIYMALI BİBER DOLMASI MAKARNA YOĞURT	KAKAOLU KURABİYE SÜT
25.03.2020 CARSAMBA	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ DOMATES - SALATALIK	TAVUK SUYU ÇORBA YEŞİL MERCİMEK ETLİ ARPA ŞEHRİYE PİLAVI AYRAN	TAVUK SUYU ÇORBA TEKİRDAĞ KÖF.+PAT KIZ. SOSLU MAKARNA YOĞURT	PATATESLİ GÜL BÖREĞİ AYRAN
26.03.2020 PERSEMBE	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ MISIR GEVREĞİ - SÜT	MERCİMEK ÇORBASI ETLİ NOHUT PİRİNÇ PİLAVI AYRAN - MEVSİM SALATA	MERCİMEK ÇORBASI BEŞAMEL SOSLU GARN.LÜ TAV PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT	ELMALI KURABİYE MEYVE SUYU
27.03.2020 CUMA	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ PEYNİRLİ YUMURTA	YAYLA ÇORBASI FİRINDA PATATESLİ İNCİK SOSLU SPAGETTİ HAVUÇLU YOĞURT	YAYLA ÇORBASI FİRINDA PATATESLİ İNCİK SOSLU SPAGETTİ HAVUÇLU YOĞURT	PEYNİRLİ POĞAÇA AYRAN
28.03.2020 CUMARTI	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ HAŞLANMIŞ YUMURTA	EZOĞELİN ÇORBASI ŞİNİTZEL + PAT. KIZARTMASI MAKARNA AYRAN	EZOĞELİN ÇORBASI KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT	HAVUÇLU KEK SÜT
29.03.2020 PAZAR	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ OMLET	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI KARIŞIK KIZARTMA ERİŞTE AYRAN	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI KARIŞIK KIZARTMA ERİŞTE AYRAN	AÇMA AYRAN
30.03.2020 PAZARTESİ	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ SUCUKLU YUMURTA	UN ÇORBASI FİRINDA SEBZELİ BAGET PİRİNÇ PİLAVI AYRAN	UN ÇORBASI BARBUNYA PİRİNÇ PİLAVI BİBERLİ YOĞURT	ÇOKOPRENS SÜT
31.03.2020 SALI	B.PEYNİR,K.PEYNİR,Y.ZEYTİN S.ZEYTİN,TEREYAĞ,REÇEL,BAL, ÇİKOLATA,TAHİN-PEKMEZ DOMATES - SALATALIK	MERCİMEK ÇORBASI MEVSİM TÜRLÜ MANTI TULUMBA TATLISI	MERCİMEK ÇORBASI PATLICAN KEBABI MAKARNA YOĞURT	PİZZA AYRAN

Gülşen ARAS
Aşçı

Hüsniye KUŞ
Aşçı Yardımcısı

Zeynep Eda BİTGİN
Ambar Memuru

Edal AKIN
Pans. Sorumlu Müdür Yrd.

UYGUNDUR
27.02.2020
Muhsin ŞEN
Okul Müdürü