**NURSAN ANAOKULU**

**KASIM**

**BESLENME LİSTESİ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TARİH** | **GÜN** | **SABAH KAHVALI LİSTESİ** | **ÖĞLE YEMEK LİSTESİ** |
| 01.11.2019 | CUMA | Tereyağı, bal, peynir, zeytin, domates, salatalık, ekmek, süt | Ispanaklı kayık börek, ayran,elma |
| 04.11.2019 | PAZARTESİ | Simit ,peynir, zeytin, salatalık,meyve suyu | Pilav üstü et kavurma,ayran,ekmek,mandalina |
| 05.11.2019 | SALI | Sucuklu yumurta, peynir,zeytin,domates, salatalık, ekmek,helva,bitki çayı | Salçalı makarna, yoğurt, ekmek,halka tatlı |
| 06.11.2019 | ÇARŞAMBA | Kaşarlı tost, domates,salatalık,zeytin,kış çayı | Mercimekli bulgur pilavı, cacık,ekmek,elma |
| 07.11.2019 | PERŞEMBE | Kıtır ekmekli mercimek çorba, muz | Yayla çorba, kısır,turşu,ekmek,helva |
| 08.11.2019 | CUMA | Susamlı peynirli poğaça,zeytin, çocuk çayı, mandalina | Tavuk sote, pirinç pilavı, ayran,ekmek,mandalina |
| 11.11.2019 | PAZARTESİ | Tereyağı, reçel, peynir,zeytin, domates,salatalık,ekmek,süt | Lahmacun,ayran, yeşillik, mandalina |
| 12.11.2019 | SALI | Kaşarlı tost, domates,salatalık,zeytin,kış çayı, elma | Tavuklu çorba, domatesli pilav, ekmek |
| 13.11.2019 | ÇARŞAMBA | Patatesli yumurta,zeytin,domates,salatalık,ekmek, çocuk çayı | Domates soslu makarna, cacık, ekmek, helva |
| 14.11.2019 | PERŞEMBE | Bahar salatası, zeytin,helva,ekmek,tarçınlı elma çayı | Etli sulu patates,pirinç pilavı, turşu, ekmek,elma |
| 15.11.2019 | CUMA | Peynirli tepsi böreği, domates,salatalık,zeytin,kış çayı | Tavuk döner dürüm, marul salata,ayran,mandalina |
| 18.11.2019 | PAZARTESİ | Ara Tatil | |
| 19.11.2019 | SALI |
| 20.11.2019 | ÇARŞAMBA |
| 21.11.2019 | PERŞEMBE |
| 22.11.2019 | CUMA |
| 25.11.2019 | PAZARTESİ | Tahinli cevizli pekmez, peynir, zeytin, ekmek, muz, süt | Etli kuru fasulye, pirinç pilavı,yoğurt,helva |
| 26.11.2019 | SALI | Kaşarlı sucuklu pide, salatalık, zeytin, kış çayı, mandalina | Mercimek çorba, çökelekli pide, mandalina |
| 27.11.2019 | ÇARŞAMBA | Tereyağlı yumurta,zeytin,domates,salatalık,ekmek, bitki çayı | Peynirli spagetti makarna, ekmek, havuç salata,halka tatlı |
| 28.11.2019 | PERŞEMBE | Kıtır ekmekli mercimek çorba, elma. ceviz | Patatesli köfte, mevsim salata,ayran ekmek helva |
| 29.11.2019 | CUMA | Kaşarlı tost, zeytin,domates,salatalık,elma çayı | Pilav üstü tavuk, salata, ayran,ekmek, mandalina |

**☺ AFİYET OLSUN ☺**