



MAYIS AYI YEMEK LİSTESİ

4 PAZARTESİ	
1	EZOĞELİN ÇORBA 189
2	TAS KEBABI 420
3	PİRİNÇ PİLAVI 327
4	UN HELVASI 180
TOPLAM KALORİ 1116	

5 SALI	
1	MERCİMEK ÇORBA 185
2	FIRIN TAVUK 390
3	BULGUR PİLAVI 337
4	AYRAN 95
TOPLAM KALORİ 1007	

6 ÇARŞAMBA	
1	YAYLA ÇORBA 170
2	ÇİFTLİK KÖFTE 380
3	MAKARNA 337
4	MEYVE 90
TOPLAM KALORİ 977	

7 PERŞEMBE	
1	ISPANAK ÇORBA 189
2	P. MUSAKKA 390
3	MERCİMEKLI BULGUR PİLAVI 337
4	YOĞURT 122
TOPLAM KALORİ 1038	

8 CUMA	
1	EZOĞELİN ÇORBA 189
2	ELBASAN TAVA 420
3	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI 327
4	MEYVE SUYU 135
TOPLAM KALORİ 1071	

11 PAZARTESİ	
1	BACAKLI ÇORBA 189
2	ANKARA TAVA 360
3	BARBUNYA PİYAZI 320
4	YOĞURT 122
TOPLAM KALORİ 991	

12 SALI	
1	MERCİMEK ÇORBA 185
2	ETLİ NOHUT 345
3	PİRİNÇ PİLAVI 327
4	TURŞU 55
TOPLAM KALORİ 912	

13 ÇARŞAMBA	
1	KAŞARLI DOMATES ÇORBA 160
2	KÖRİLİ TAVUK 360
3	ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI 337
4	ÇOBAN SALATA 65
TOPLAM KALORİ 922	

14 PERŞEMBE	
1	TOYGA ÇORBA 170
2	GARNİTÜRLÜ KÖFTE 390
3	MAKARNA 337
4	SÜTLAÇ 135
TOPLAM KALORİ 1032	

15 CUMA	
1	EZOĞELİN ÇORBA 189
2	KAVURMA 460
3	PİRİNÇ PİLAVI 327
4	AYRAN 95
TOPLAM KALORİ 1071	

18 PAZARTESİ	
1	AŞÇIBAŞI ÇORBA 185
2	TAVUK ŞİŞ 330
3	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI 327
4	AYRAN 95
TOPLAM KALORİ 937	

19 SALI	
1	19 MYS
2	
3	
4	
TOPLAM KALORİ	

20 ÇARŞAMBA	
1	ÇEŞMİ NİGAR ÇORBASİ 185
2	KURU FASULYE 345
3	PİRİNÇ PİLAVI 327
4	CACIK 95
TOPLAM KALORİ 952	

21 PERŞEMBE	
1	YAYLA ÇORBA 170
2	SEBZELİ KEBAP 425
3	BULGUR PİLAVI 337
4	TULUMBA 270
TOPLAM KALORİ 1202	

22 CUMA	
1	MANTAR ÇORBA 170
2	İZMİR KÖFTE 380
3	MAKARNA 337
4	MEYVE SUYU 735
TOPLAM KALORİ 1622	

25 PAZARTESİ	

26 SALI	

27 ÇARŞAMBA	
	KURBAN BAYRAMI 1. GÜN

28 PERŞEMBE	
	KURBAN BAYRAMI 2. GÜN

29 CUMA	
	KURBAN BAYRAMI 3. GÜN

İBRAHİM TUNCER
AŞÇIBAŞI

ŞEYMA ŞENOL
DİYETİSYEN

ÜMİT İÇİNGİR
GIDA MÜHENDİSİ

TAHA YASİN ZENGİNBAŞ
DAİRE BAŞKANI