



ARALIK 2014 YEMEK LİSTESİ

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
01.12.2014	02.12.2014	03.12.2014	04.12.2014	05.12.2014
Düğün Çorbası Etli kuru Fasulye Bulgur Pilavı Cacık 480 kkal	Brokoli Çorbası Et Döner Pirinç Pilavı Ayran Portakal 500 kkal	Mercimek Çorbası Kıymalı Ispanak Peynirli Makarna Yoğurt Muz 510 kkal	Domates Çorbası Izgara Köfte Kuskus Şekerpare Mandalina 530 kkal	Ezogelin Çorbası Kabak Dolma Peynirli Börek Yoğurt Kivi 580 kkal
08.12.2014	09.12.2014	10.12.2014	11.12.2014	12.12.2014
Kıtır Mercimek Çorbası Çoban Kavurma Pirinç Pilavı Cacık Armut 550 kkal	Naneli Bulgur Çorbası Mantı Etli Taze Fasulye Yoğurt Portakal 550 kkal	Tarhana Çorbası Ekşili Köfte Domatesli Makarna Supangle Mandalina 580 kkal	Toyoga Çorba Patates Oturtma Erişte Elma 470 kkal	Sebze Çorbası Etli Nohut Bulgur Pilavı Vişne Kompostosu 530 kkal
15.12.2014	16.12.2014	17.12.2014	18.12.2014	19.12.2014
Taze Mantar Çorbası Kıymalı Bezelye Pirinç Pilavı Portakal 450 kkal	Kıtır Mercimek Çorbası Kadınbudu Köfte Patates Püresi Revani Kivi 600 kkal	Yayla Çorbası Güveç Arpa Şehriye Pilavı Armut 480 kkal	Domates Çorbası Kapuska Peynirli Makarna Yoğurt Mandalina 500 kkal	Tarhana Çorbası Mezgit Tava Fırın Patates Un Helvası 670 kkal
22.12.2014	23.12.2014	24.12.2014	25.12.2014	26.12.2014
Yayla Çorbası Kıymalı Karnabahar Domatesli Makarna Kemal Paşa Armut 530 kkal	Sebze Çorba Et Sote Şehriye Pirinç Pilavı Mandalina 450 kkal	Kıtır Mercimek Çorbası Kıymalı Yeşil Mercimek Peynirli Börek Ayran Kivi 500 kkal	Tarhana Çorbası İzmir Köfte Peynirli Makarna Yoğurt Elma 490 kkal	Mercimek Çorbası Somon Izgara Sütlü Patates Tahin Helvası Portakal 670 kkal
29.12.2014	30.12.2014	31.12.2014		
Kıtır Mercimek Çorbası İnegöl Köfte Sebzeli Bulgur Pilavı Cacık 470 kkal	Ezogelin Çorbası Kıymalı Pırasa Fırın Makarna Yoğurt Muz 520 kkal	Buğdaylı Yoğurt Çorbası Fırında Hindi Kestaneli Pilav Kabak Tatlısı 580 kkal		

Not: Salata ve Zeytinyağlılarımız Açık Büfemizde servis edilmektedir.

Yeşim KUTLU
DİYETİSYEN