

**ODTÜ GELİŞTİRME VAKFI ÖZEL NİĞDE OKULLARI**  
**2023/2024 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI EYLÜL AYI YEMEK LİSTESİ**

GÜN		ANASINIFI KAHVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ BESLENMESİ	GÜN	ANASINIFI KAHVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ BESLENMESİ	
04.09.23	Pazartesi	Haşlanmış yumurta	Ezogelin çorba	Karpuz	19.09.23	Salı	Krep	Şehriye çorbası	Patates salatası
		Kaşar peyniri	Tavuk şiş	Meyve			Sürülebilir çikolata	Eli nohut	Ayran
		Karışık Zeytin	Sebzeli bulgur pilavı				Çilek	Pirinç pilavı	
		Çocuk çayı	Ayran				Süt	Turşu + salata	
		<b>146</b>	<b>504</b>	<b>82,5</b>			<b>380,6</b>	<b>647,5</b>	<b>182,9</b>
05.09.23	Salı	Omlet	Yayla çorba	Revani	20.09.23	Çarşamba	Pişi	Ezogelin çorbası	Puding
		Beyaz peynir	Bezelye	Süt			Reçel	Izgara tavuk	Meyve
		Çilek reçeli	Pirinç pilavı				Beyaz peynir	Sebzeli bulgur pilavı	
		Çocuk çayı	Salata				Meyve suyu	Ayran	
		<b>292,3</b>	<b>570,2</b>	<b>42,03</b>			<b>276</b>	<b>504</b>	<b>135,1</b>
06.09.23	Çarşamba	Tereyağı-Bal	Mercimek çorba	Elma	21.09.23	Perşembe	Omlet	Şehriye çorbası	Simit
		Krem peynir	Karışık kızartma	Nektari			Tereyağı	Kabak kızartma	Çay
		Zeytin	Soslu makarna				Bal	bulgur pilavı	
		Süt	Yoğurt				Çocuk çayı	Karpuz	
		<b>164</b>	<b>515</b>	<b>111</b>			<b>292,3</b>	<b>510,3</b>	<b>225</b>
07.09.23	Perşembe	Haşlanmış yumurta	Ezogelin çorba	Karpuz	22.09.23	Cuma	Kaşar peyniri	Mercimek çorbası	Meyve
		Kaşar peyniri	Adana kebab	Kavun			Karışık Zeytin	Kıymalı pide	
		Zeytin	Meyhane pilavı				Reçel	Salata	
		Çocuk çayı	Ayran +salata				Çocuk çayı	Ayran	
		<b>146</b>	<b>929</b>	<b>413,3</b>			<b>275</b>	<b>597,2</b>	<b>265,65</b>
08.09.23	Cuma	Muz	Kremalı sebze çorbası	Islak kek	25.09.23	Pazartesi	Haşlanmış yumurta	Ezogelin çorbası	Şekerpare
		Mısır gevreği	Dolma	Meyve suyu			Reçel	Lavaş dürüm	Süt
		Kek	Makarna				Kaşar peyniri	Bulgur pilavı	
		Süt	Ayran				Çocuk çayı	Ayran	
		<b>489,1</b>	<b>506,6</b>	<b>335,7</b>			<b>146</b>	<b>601,3</b>	<b>175</b>
11.09.23	Pazartesi	Kaşarlı Omlet	Ezogelin çorbası	Puding	26.09.23	Salı	Mısır Gevreği	Tarhana çorbası	Kaşarlı sandviç
		Karışık Zeytin	İskender kebab	Meyve			Muz	Dolma	Çay
		Reçel	Bulgur pilavı				Ceviz	Makarna	
		Çocuk çayı	Yoğurt				Süt	Yoğurt	
		<b>198,2</b>	<b>649,7</b>	<b>135,1</b>			<b>345,1</b>	<b>506,6</b>	<b>282</b>
12.09.23	salı	Simit	Şehriye Çorbası	Çiğ köfte	27.09.23	Çarşamba	Omlet	Mercimek çorbası	Limonlu kek
		Beyaz peynir	Karniyarik	Ayran			Karışık zeytin	Pırasa	Süt
		Siyah zeytin	Pirinç pilavı				Reçel	Makarna	
		İhlamur çayı	Cacık				İhlamur	Yoğurt	
		<b>381</b>	<b>389,2</b>	<b>108,8</b>			<b>198,2</b>	<b>443</b>	<b>336,7</b>
13.09.23	Çarşamba	Haşlanmış yumurta	Mercimek Çorbası	Kavun	28.09.23	Perşembe	Bal / tereyağ	Mercimek çorbası	Karpuz
		Kaşar peyniri	Patates oturtma	Karpuz			Beyaz peynir	Izgara köfte	Şeftali
		Zeytin	Sebzeli bulgur pilavı				Karışık zeytin	Pirinç pilavı	
		Süt	Salata				Muzlu süt	Ayran +salata	
		<b>149,1</b>	<b>459,9</b>	<b>413,3</b>			<b>164</b>	<b>898,1</b>	<b>401</b>
14.09.23	Perşembe	Gözleme	Domates çorbası	Revani	29.09.23	Cuma	Kaşarlı Omlet	Arabaşı çorbası	Sütlüç
		Domates sôğuş	Tavuk şiş	Süt			Beyaz peynir	Karışık kızartma	Galeta
		Karışık zeytin	Pirinç pilavı				Karışık zeytin	Makarna	
		Çocuk çayı	Ayran				Çocuk çayı	Yoğurt	
		<b>338</b>	<b>504</b>	<b>42,03</b>			<b>198,2</b>	<b>496,1</b>	<b>45,3</b>
15.09.23	Cuma	Karışık tost	Ezogelin çorba	Poğaç	02.10.23	Pazartesi	Bal / tereyağ	Mercimek çorbası	Kaşarlı sandviç
		Karışık zeytin	Zeytin yağılı taze fasulye	Çay			Beyaz peynir	Adana kebab	Çay
		Domates/salatalık	Bulgur pilavı				Karışık zeytin	Bulgur pilavı	
		Meyve suyu	Cacık				Muzlu süt	Ayran +salata	
		<b>311,1</b>	<b>285,3</b>	<b>225</b>			<b>164</b>	<b>969</b>	<b>282</b>
18.09.23	Pazartesi	Haşlanmış yumurta	Mercimek çorbası	Şeftali	03.10.23	Salı	Haşlanmış yumurta	Ezogelin çorbası	Çiğ köfte
		Zeytin	Karışık pizza	Elma			Beyaz peynir	Etili kuru fasulye	Ayran
		Beyaz peynir	Patates cips				Karışık zeytin	Pirinç pilavı	
		Çocuk çayı	Ayran				İhlamur	Salata + yoğurt	
		<b>149,1</b>	<b>587,9</b>	<b>91,5</b>			<b>149,1</b>	<b>647,5</b>	<b>108,8</b>