

ZÜBEYDE HANIM ANAOKULU 2023 KASIM AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	SABAHA KAHAVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ	ARA ÖÇÜN
1 Kasım 2023 Çarşamba	Krep, Peynir, Zeytin, Tahin-Pekmez, Bitki Çayı.(251 kcal)	Tarhana Çorbası, Tavuklu Pilav, Salata (544 kcal)	Perişan Kurabiye (145 kcal)
2 Kasım 2023 Perşembe	Omlet, Beyaz Peynir, Zeytin,Bitki Çayı (168 kcal)	Ezogelin çorba, Makarna, komposto (313 kcal)	Patlamış Mısır (140 kcal)
3 Kasım 2023 Cuma	Pizza Ekmek, Zeytin, Reçel, Bitki çayı(252 kcal)	Orman Kebabı, Pırlıng Pırlavı, Ayran (357 kcal)	Tuzlu Kurabiye (206 kcal)
6 Kasım 2023 Pazartesi	Omlet, Beyaz Peynir, Zeytin,Bitki Çayı (168 kcal)	Ezogelin Çorbası, Sebzeli Bulgur Pırlavı, Mevsim Salata (369 kcal)	Havuçlu Tarcınlı Kek (250 kcal)
7 Kasım 2023 Salı	Simit, Peynir, Zeytin, Reçel, Rende Havuç, Süt. (205 kcal)	Şehriye Çorbası, Barbunya Pırlakı, Pırlıng Pırlavı, Ayran (547 kcal)	Meşve (76 kcal)
8 Kasım 2023 Çarşamba	Krep, Peynir, Zeytin, Tahin-Pekmez, Bitki Çayı.(251 kcal)	Tarhana Çorbası, Tepsi Böreği, Komposto (384 kcal)	Patlamış Mısır (140 kcal)
9 Kasım 2023 Perşembe	Haşlanmış Yumurta, Zeytin, Peynir, Havuç, Bitki Çayı.(366 kcal)	Yayla çorbası, Soslu Makarna, Komposto (464 kcal)	Ev Yapımı Poğaç (200 kcal)
10 Kasım 2023 Cuma	Pizza Ekmek, Zeytin, Reçel, Bitki çayı(252 kcal)	Patates Ourltma, Pırlıng Pırlavı, Ayran (370 kcal)	Perişan kurabiye (145kcal)
20 Kasım 2023 Pazartesi	Omlet, Beyaz Peynir, Zeytin, Bitki Çayı (168 kcal)	Tarhana çorbası, Makarna, Yoğurt (320 kcal)	Kakaolu Fındıklı Kek (248 kcal)
21 Kasım 2023 Salı	Simit, Peynir, Zeytin, Reçel, Rende Havuç, Süt. (205 kcal)	Yayla Çorbası, Mercimek Köftesi, Marul, Ayran (419 kcal)	Patlamış Mısır (140 kcal)
22 Kasım 2023 Çarşamba	Krep, Peynir, Zeytin, Tahin-Pekmez, Bitki Çayı.(251 kcal)	Kuskus Çorbası, Etili Kuru Fasulye, Bulgur Pırlavı, Komposto (493 kcal)	Tuzlu kurabiye (206 kcal)
23 Kasım 2023 Perşembe	Haşlanmış Yumurta, Zeytin, Peynir, Havuç, Bitki Çayı.(366 kcal)	Ezogelin Çorbası, Pırlıng Pırlav, Salata (354 kcal)	Bisküvili Pasta (300 kcal)
24 Kasım 2023 Cuma	Pizza Ekmek, Zeytin, Reçel, Bitki çayı(252 kcal)	Ev yapımı hamburger, Patates, Ayran (470 kcal)	Meşve (76 kcal)
27 Kasım 2023 Pazartesi	Omlet, Beyaz Peynir, Zeytin, Bitki Çayı (168 kcal)	Ezogelin Çorbası, Sebzeli Bulgur Pırlavı, Mevsim Salata (369 kcal)	Üzümlü, İncirli Kek (181 kcal)
28 Kasım 2023 Salı	Simit, Peynir, Zeytin, Reçel, Rende Havuç, Süt. (205 kcal)	Kuskus Çorbası, Kuru Fasulye, Pırlıng Pırlavı, Salata (522 kcal)	Meşve (76 kcal)
29 Kasım 2023 Çarşamba	Krep, Peynir, Zeytin, Tahin-Pekmez, Bitki Çayı.(251 kcal)	Tarhana Çorbası, Tepsi Böreği, Komposto (409 kcal)	Patlamış Mısır (140 kcal)
30 Kasım 2023 Perşembe	Haşlanmış Yumurta, Zeytin, Peynir, Havuç, Bitki Çayı.(366 kcal)	Kremalı Domates Çorbası, Tereyağlı Makarna, Ayran (466 kcal)	Şekli Kurabiye (200 kcal)
1 Aralık 2023 Cuma	Pizza Ekmek, Zeytin, Reçel, Bitki çayı(252 kcal)	Sulu Köfte, Pırlıng Pırlavı, Cacık (585 kcal)	Tuzlu Kurabiye (206 kcal)

NOT : "Kasım Ayında Doğdum" etkinliği 30 Kasım Perşembe günü yapılacaktır.

