**ODTÜ YUVA VE ANAOKULU AYLIK KAHVALTI VE YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **KASIM 2022** |  **SABAH KAHVALTISI** |   **ÖĞLE YEMEĞİ** |   **İKİNDİ KAHVALTISI** |
| 31 Pazartesi01 Salı02 Çarşamba03 Perşembe04 Cuma | Çırpma Yumurta-Zeytin-SütBeyaz Peynir-Zeytin-M.SuyuTereyağı-Reçel-SütHaşlama Yumurta-Zeytin-M.Suyu Fır.Kaş.Bazlama-Zeytin-Ihl. | Yeşil Mercimek-Peynirli Makarna-MeyveÇiftlik Köfte-Bulgur Pilavı-AyranYayla Çorba-Fırın Tavuk-Patates-MeyvePatlıcan Musakka-Şehriyeli Pilav-CacıkEzogelin Çorba-Etli Biber Dolma-Revani  | Havuçlu Kek-IhlamurMeyve-Galeta-SütDomatesli-Peynirli Sandviç-LimonataIspanaklı Börek-IhlamurMeyve-Galeta-Süt |
| 07 Pazartesi08 Salı09 Çarşamba10 Perşembe11 Cuma | Tereyağı-Bal-Süt Kaşar Peynir-Zeytin-IhlamurHaşlama Yumurta-Zeytin-SütTahin Pekmez-IhlamurHaşlama Yumurta-Zeytin-M.Suyu | Kıymalı Karnabahar-Makarna-MeyveMercimek Çorba-Garnitürlü Fırın Köfte-YoğurtKıymalı Ispanak-Börek-KompostoLahmacun-Ayran-SalataEtli Kuru Fasulye-Pilav-Cacık | Paskalya-LimonataMeyve-Galeta-SütMercimek Köfte-AyranPudingMeyve-Susamlı Çubuk-Süt |
| 14 Pazartesi15 Salı16 Çarşamba17 Perşembe18 Cuma | Haşlama Yumurta-Zeytin-SütTereyağı -Reçel-IhlamurOmlet-Zeytin-M.SuyuKaşar Peynir-Zeytin-M.SuyuTahin Pekmez-Ihlamur | Kabak Kalye-Kıymalı Makarna- MeyveSebze Çorba-Fajita-AyranKıymalı Pırasa-Patatesli Börek-KompostoHamburger -Patates Kızartma- AyranEtli Bezelye -Şehriyeli Pilav-Yoğurt | Peynirli Ekmek Dilimi-LimonataMeksika Düğün Kurabiyesi-Ihl.Meyve-Galeta-SütMozaik PastaMeyve Tabağı-Susamlı Çubuk-Süt |
| 21 Pazartesi22 Salı23 Çarşamba24 Perşembe25 Cuma | Tereyağı-Bal-SütÇırpma Yumurta-Zeytin-Ihl.B.Peynir-Zeytin-M.SuyuTahin Pekmez-Ihlamur Haşlama Haşlama Yumurta-Zeytin-Süt | Mahluta Çorba-Balık-Salata-Tahin Helva Karnabahar-Peynirli Makarna-KompostoMahluta Çorba-Sosyete Mantı-MeyveTer. Köfte-Z.Yağlı Barbunya-TrileçeLahmacun-Ayran-Salata | Peynirli Kek-IhlamurMeyve-Galeta-SütKısır-AyranKaşarlı Tost-LimonataMeyve Tabağı-Galeta |
| 28 Pazartesi29 Salı30 Çarşamba01 Perşembe02 Cuma | Tahin-Pekmez-IhlamurHaşlama Yumurta-Zeytin-SütTereyağı-Reçel-M. SuyuÇırpma Yumurta-Zeytin-SütFır.Kaşarlı Bazlama-Zeytin-Ihl. | Tarhana Çorba-İzmir Köfte*-*MeyveKıymalı Ispanak-Soslu Makarna-MeyveErzincan Çorba-Zeytinyağlı Kereviz-RevaniHamburger-Patates Kızartma-AyranEtli Nohut-Pilav-Yoğurt  | Peynirli Sandviç-LimonataPişi-Beyaz Peynir-Ihlamur Meyve-Galeta-SütFıstık Ezmeli Ekmek Dilimi-Ihl.Meyve-Galeta-Süt |

AYIN MUTFAĞI: Meksika Mutfağı

15.11.2022