

İSTEK OKULLARI

YEMEK

LİSTESİ

[f](#) [i](#) /abcgurme



Tarih / 2017	Sabah Kahvaltısı	Alerjen	Öğle Yemeği	Alerjen	İkinci Kahvaltısı	Alerjen
1 MART ÇARŞAMBA	SERPME TÜRK KAHVALTISI	1,5,6	EZOĞELİN ÇORBA	1	MEYVE	
			ROSTO KÖFTE		KURABİYE	1,3,5
			DOMATESLİ MAKARNA	1		
			AYRAN	5		
	SÜT	5	SALATABAR			
2 MART PERŞEMBE	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	SEBZE ÇORBA	1	MİNİ PİZZA	1,3,5
		3	ETLİ SARMA		AYRAN	
			SU BÖREĞİ	1,3,5		
			YOĞURT	5		
	TAZE MEYVE ÇAYI		SALATABAR			
3 MART CUMA	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ FRANSIZ TOST	1,5,6	MERCİMEK ÇORBA	1	PEKMEZLİ KEK	1,3,5
		1.5	EV TİPİ PİZZA	1.5	IHLAMUR	
			AYRAN	5		
			MEYVE BAR			
	SÜT	5	SALATA KÖŞESİ			

İSTEK OKULLARI YEMEK LİSTESİ

[f](#) [i](#) /abcgurme



Tarih / 2017	Sabah Kahvaltısı	Alerjen	Öğle Yemeği	Alerjen	İkinci Kahvaltısı	Alerjen
6 MART PAZARTESİ	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ KALEM BÖREĞİ	1,5,6	MEVSİM ÇORBA	1	MEYVE	
		1,3,5	ORMAN KEBAP		ÇATAL	1,3,5
			DOMATESLİ BULGUR PİLAVI	1		
			AYRAN	5		
	SÜT	5	SALATABAR			
7 MART SALI	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	KÖY TİPİ TARHANA ÇORBA	1.5	PEYNİRLİ EV POĞAÇA	1,3,5
		3	KURU FASULYE		EV YAPIMI LİMONATA	
			PİRİNÇ PİLAV			
			YOĞURT	5		
	EV YAPIMI LİMONATA		SALATABAR			
8 MART ÇARŞAMBA	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	KROTONLU MERCİMEK	1	MEYVE	
			İZMİR KÖFTE		KURABİYE	1,3,5
			BÖREK	1,3,5		
			MEYVE			
	SÜT	5	SALATA KÖŞESİ			
9 MART PERŞEMBE	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	AVŞAR ÇORBA	1	MEYVELİ PUDİNG	5
		3	KARNABAĞAR GRATEN	5		
			SPAGETTİ	1		
			KEMALPAŞA TATLI			
	TAZE MEYVE ÇAYI		SALATABAR			
10 MART CUMA	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ FRANSIZ TOST	1,5,6	DOMATES ÇORBA	1.5	EV YAPIMI KEK	1,3,5
		1.5	KADINBUDU KÖFTE	1.3	IHLAMUR	
			DOMATES SOSLU SPAGETTİ	1		
			PUDİNG	5		
	SÜT	5	SALATABAR			

İSTEK OKULLARI YEMEK LİSTESİ

[f](#) [i](#) /abcgurme



Tarih / 2017	Sabah Kahvaltısı	Alerjen	Öğle Yemeği	Alerjen	İkinci Kahvaltısı	Alerjen
13 MART PAZARTESİ	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ KALEM BÖREĞİ	1,5,6	KROTONLU MERCİMEK	1	MEYVE	
		1,3,5	KAYSERİ MANTI	1.5	ÇATAL	1,3,5
			SEBZE SOTE			
			YOĞURT	5		
	SÜT	5	SALATA KÖŞESİ			
14 MART SALI	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	EZOĞELİN ÇORBA	1	MEYVELİ MUHALLEBİ	5
		3	NOHUT			
			TEREYAĞLI PİLAV	5		
	AYRAN	5				
EV YAPIMI LİMONATA		SALATABAR				
15 MART ÇARŞAMBA	SERPME TÜRK KAHVALTISI	1,5,6	SEBZE ÇORBA	1	MEYVE	
			EKŞİLİ KÖFTE		KURABİYE	1,3,5
			MAKARNA	1		
	MEYVELİ PUDİNG	5				
SÜT	5	SALATA KÖŞESİ				
16 MART PERŞEMBE	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	KÖY TİPİ TARHANA	1.5	PEKMEZLİ KEK	1,3,5
		3	KARIŞIK DOLMA		EV YAPIMI LİMONATA	
			PEYNİRLİ SU BÖREĞİ	1,3,5		
	YOĞURT	5				
TAZE MEYVE ÇAYI		SALATA KÖŞESİ				
17 MART CUMA	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ FRANSIZ TOST	1,5,6	YAYLA ÇORBA	1.5	MEYVELİ PUDİNG	5
		1.5	EV TİPİ HAMBURGER	1		
			FIRIN PATATES			
	AYRAN	5				
SÜT	5	SALATA KÖŞESİ				

İSTEK OKULLARI YEMEK LİSTESİ

[f](#) [i](#) /abcgurme



Tarih / 2017	Sabah Kahvaltısı	Alerjen	Öğle Yemeği	Alerjen	İkinci Kahvaltısı	Alerjen
20 MART PAZARTESİ	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ KALEM BÖREĞİ	1,5,6	ANADOLU ÇORBA	1	MEYVE SALATASI	
		1,3,5	DOMATES SOSLU MİTİTE KÖFTE			1,3,5
			BULGUR PİLAVI	1		
			YOĞURT	5		
	SÜT	5	SALATA KÖŞESİ			
21 MART SALI	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	MANTAR ÇORBA	1	SADE AÇMA	1,3,5
		3	MERCİMEK YEMEĞİ		AYRAN	5
			PEYNİRLİ BÖREK	1,3,5		
			AYRAN	5		
	EV YAPIMI LİMONATA		SALATABAR			
22 MART ÇARŞAMBA	SERPME TÜRK KAHVALTISI	1,5,6	KÖY TİPİ TARHANA	1.5	MEYVE	
			FIRIN KÖFTE		EV YAPIMI KEK	1,3,5
			KABAK TATLISI			
			AYRAN	5		
	SÜT	5	SALATA KÖŞESİ			
23 MART PERŞEMBE	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	EZOĞELİN ÇORBA	1	GALETA	1,3,5
		3	TAZE FASULYE		MEYVE	
			TEL ŞEH. BULGUR PİLAVI	1		
			YOĞURT	5		
	TAZE MEYVE ÇAYI		SALATA KÖŞESİ			
24 MART CUMA	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ FRANSIZ TOST	1,5,6	YAYLA ÇORBA	1.5	SİMİT	1,3,5
		1.5	EV YAPIMI ŞİNİTSEL	1	AYRAN	5
			SEBZELİ PENNE	1		
			MEYVE			
	SÜT	5	SALATABAR			

İSTEK OKULLARI YEMEK LİSTESİ

[f](#) [i](#) /abcgurme



Tarih / 2017	Sabah Kahvaltısı	Alerjen	Öğle Yemeği	Alerjen	İkinci Kahvaltısı	Alerjen
27 MART PAZARTESİ	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ KALEM BÖREĞİ	1,5,6	ANADOLU ÇORBA	1	MEYVE	
		1,3,5	SEBZELİ PİLİÇ SOTE		KURABIYE	1,3,5
			ERİŞTE	1		
			YOĞURT	5		
	SÜT	5	SALATA KÖŞESİ			
28 MART SALI	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	KÖY TİPİ TARHANA ÇORBA	1.5	MEYVELİ PUDİNG	5
		3	KURU FASULYE			
			PILAV			
	AYRAN	5				
EV YAPIMI LİMONATA		SALATABAR				
29 MART ÇARŞAMBA	SERPME TÜRK KAHVALTISI	1,5,6	KROTONLU MERCİMEK	1	MEYVE	
			DOMATES SOSLU IZGARA KÖTE		PEKMEZLİ KEK	1,3,5
			SPAGETTİ	1		
	AYRAN	5				
SÜT	5	SALATA KÖŞESİ				
30 MART PERŞEMBE	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ YUMURTA	1,5,6	KÖY TİPİ TARHANA	1.5	ÇATAL	1,3,5
		3	KARIŞIK DOLMA		AYRAN	5
			PEYNİRLİ SU BÖREĞİ	1,3,5		
	YOĞURT	5				
TAZE MEYVE ÇAYI		SALATA KÖŞESİ				
31 MART CUMA	SERPME TÜRK KAHVALTISI/ FRANSIZ TOST	1,5,6	MERCİMEK ÇORBA	1	AY ÇÖREĞİ	1,3,5
		1.5	BOŞNAK MANTI	1.5	MEYVE	
			SEBZE SOTE			
	MEYVE KÖŞESİ					
SÜT	5	SALATA KÖŞESİ				

İSTEK OKULLARI YEMEK LİSTESİ

[f](#) [i](#) /abcgurme



MÖNÜ PLANLAMA

Sinem PAKER - Diyetisyen

Gürcan KARADUT - Genel Müdür

ALERJEN AÇIKLAMALARI

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| 1 Gluten | 4 Soyalı ürünler |
| 2 Balık Ürünleri | 5 Süt ve süt ürünleri |
| 3 Yumurta Ürünleri | 6 Sert Kabuklu Meyveler |

- Mönülerimizde: Resmi Gazetede yayınlanmış olan alerjen türlerinden; kabuklular, yerfıstığı ve ürünleri, kereviz ürünleri, hardal ürünleri, susam ürünleri, acı bakla ürünleri ve yumuşakçalardan dolayı alerjen riski oluşmaması için bu ürünlerin mutfaklarımızda kullanımı tamamen engellenmiştir.
- Salatabar ürünlerimizde alerjen uyarı uygulaması bulunmamaktadır.
- Sınıfta beslenme hizmeti almak isteyen okullarda mönü değişkenlik gösterecektir.
- Taş Köprü yerel üreticiden alınan sarımsak hergün çorba ve uygun ana yemeklerin içine ilave edilmektedir.
- Serpme kahvaltı içeriği; domates-salatalık, yeşil-siyah zeytin, tereyağ, pekmez, bal, reçel, beyaz peynir, kaşar peyniri, fındık ezmesi
- Köy Tarhanası Sakarya İli Taraklı İlçesine bağlı Yeniköy'de yaptırılmaktadır.
- Kullanılan salçalar İnegöl Kulaca İlçesi tarım kredi koop. tarafından üretilmektedir.