

**ARI AKADEMİ MONTESSORİ OKULU EKİM AYI YEMEK LİSTESİ**

Ekim.18	Sabah Kahvaltısı	Öğle Yemeği	İkinci Kahvaltısı	Meyve Saati
01.10.2018 Pazartesi	Tavada yumurta, siyah zeytin, kuru meyve, reçel, bitki çayı	Yayla çorbası,soslu makarna,salata	Peynirli poğaç , meyve suyu	Meyve saati
02.10.2018 Salı	Peynir,siyah zeytin, yeşil zeytin,reçeli ekmecl,süt	Taze fasulye, Bulgur pilavi,ayran	Mozaik kek,bitki çayı	Meyve saati
03.10.2018 Çarşamba	Peynirli omlet,yeşil zeytin,peynir,domates,süt	Patatesli-peynirli börek,mercimek çorbası	Kakaolu muhallebi	Meyve saati
04.10.2018 Perşembe	Tahin pekmezli ekmeç, peynir, zeytin, kuru meyve, bitki çayı	Hindi etli sebze li pilav,fasulye piyaz,ayran	Susamlı simit, meyve suyu	Meyve saati
08.10.2018 Cuma	Menemen, ballı ekmeç, süt	Balık köftesi- domates çorbası-salata	Sütlü irmik tatlısı	Meyve saati
08.10.2018 Pazartesi	Patatesli omlet, peynir, zeytin, kuru meyve, süt	Mercimek çorbası , kıymalı makarna-yoğurt	Fırında mini pizza, bitki çayı	Meyve saati
09.10.2018 Salı	Peynir,siyah zeytin, yeşil zeytin,reçeli ekmecl,süt	Dolma,çorba, cacık	Mozaik kek ,meyve suyu	Meyve saati
10.10.2018 Çarşamba	Yumurtalı tirit, süt,reçel	Peynirli,kabaklı Mücver, şehriye çorbası,ayran	Sütlaç	Meyve saati
11.10.2018 Perşembe	Tahin pekmezli ekmeç, peynir, zeytin, kuru meyve, bitki çayı	Hindili türlü,Şehriyeli piriç pilavı,yoğurt	Paskalya çöreği	Meyve saati
12.10.2018 Cuma	Tavada yumurta.peynir,zeytin, domates, süt	Yayla çorbası, pizza	Meyveli muhallebi	Meyve saati
15.10.2018 Pazartesi	Patatesli omlet, peynir, zeytin, kuru meyve, süt	Etli yuvalama yemeği, fırında patates kızartması, salata	Elmalı kurabiye	Meyve saati
16.10.2018 Salı	Tahin pekmezli ekmeç, peynir, zeytin, kuru meyve, bitki çayı	Yayla çorbası,karışık pizza, turşu	Meyveli pelte	Meyve saati
17.10.2018 Çarşamba	Mercimek çorbası, ktır ekmeç	Mercimekli köfte ,salata,domates çorbası	Gözleme	Meyve saati
18.10.2018 Perşembe	Peynir, zeytin,kuru meyve, süt	Hindili patates nazik ,salata	Peynirli börek,bitki çayı	Meyve saati
19.10.2018 Cuma	Soğanlı omlet,peynir,zeytin,reçel,süt	Balık fileto ,fırında patates kızartması,salata	Mısır unlu pasta, meyve suyu	Meyve saati
22.10.2018 Pazartesi	Soğanlı omlet,yeşil zeytin,peynir,domates,süt	Avunya mantısı , fırında patates ve havuç kızartması	İrmik tatlısı	Meyve saati
23.10.2018 Salı	Peynir,siyah zeytin, yeşil zeytin,reçeli ekmecl,süt	Ezogelin çorbası, Türkmen pilavı , yoğurt	Susamlı halkalar,bitki çayı	Meyve saati
24.10.2018 Çarşamba	Taze otlu,peynirli yumurtalı ekmeç, bal, süt	Domates çorbası, sebze li peynirli börek, salata	Kakaolu muhallebi	Meyve saati
25.10.2018 Perşembe	Tahin pekmezli ekmeç, peynir, zeytin, kuru meyve, bitki çayı	Hindi sote, havuçlu piriç pilavı , ayran	Paskalya çöreği, meyve suyu	Meyve saati
26.10.2018 Cuma	Tavada yumurta,peynir,yeşil zeytin, süt	Tantuni dürüm, çorba, salata	Süzme Yoğurtlu naneli ekmeç	Meyve saati
<b>29 EKİM CUMHURİYET BAYRAMI KUTLU OLSUN !</b>				
30.10.2018 Salı	Fırında sütlü yumurtalı,peynirli ekmeç, s.zeytin, süt	Etli kuru fasulye,şehriyeli bulgur pilavı,yoğurt	Çikolatalı ıslak kek, bitki çayı	Meyve saati
31.10.2018 Çarşamba	Peynir,siyah zeytin, yeşil zeytin,reçeli ekmeç,süt	Kremalı sebze çorbası, etli nohutlu piriç pilavı, ayran	Havuçlu kek	Meyve saati

Not: Kahvaltı ve öğle yemeğinde tam buğday ekmeği kullanılmaktadır.