



NEŞELİ YÜZLER ANAOKULU ÖRNEK YEMEK LİSTESİ

TARİH	SABAH 09.00 - 09.30	ÖĞLE 11.30 - 12.30	İKİNDİ 15.00 - 15.30
CUMA	Kahvaltı tabağı,ıhlamur	Fırında köfte,patates,erişte,yoğurt	Üzümlü kek,neşelita çayı
PAZARTESİ	Kahvaltı tabağı,ıhlamur	Ezogelin çorbası,yoğurtlu soslu mantı,havuç-turp salatası	Magnolia,ıhlamur
CUMA	Kahvaltı tabağı,ıhlamur	Terbiyeli sulu köfte,erişte,ayran	Mozaik pasta,süt,meyve
PAZARTESİ	Kahvaltı tabağı,ıhlamur	Yayla çorbası,kıymalı domates soslu spagetti,komposto	Bisküvili çikolatalı pasta,ıhlamur,meyve
SALI	(konserve)Domatesli kaşarlı tost,ıhlamur/süt	İzmir köfte,bulgur pilavı,ayran	Susamlı çubuk,neşelita çayı
PAZARTESİ	Kahvaltı tabağı,ıhlamur	Tarhana çorbası,yoğurtlu soslu mantı,havuç-turp salatası	Çikolatalı puding,meyve
CUMA	Kahvaltı tabağı,ıhlamur	Sebzeli balık çorbası, karnabaharlı pilav,komposto	İrmik helvası,komposto
PERŞEMBE	Krep,pekmez,kakaolu süt	Kıymalı ispanak yemeği,erişte,yoğurt	Tuzlu simit,neşelita çayı
CUMA	Kahvaltı tabağı,ıhlamur	Fırında köfte,patates,erişte,yoğurt	iki renkli kurabiye,ıhlamur,meyve
	NEŞELİTA ÇAYI,BESLENME UZMANIMIZIN BİZİM İÇİN HAZIRLATTIĞI BİR ÇAYDIR	İÇERİSİNDE IHLAMUR, PORTAKAL, ELMA KABUKLARI, TARÇIN VE KARANFİL BULUNMAKTADIR. (ŞEKERSİZDİR)	TAM BİR KIŞ ÇAYIDIR(YAZINDA SOĞUK TÜKETİLEBİLMEKTEDİR)
KAHVALTI TABAĞI	YUMURTA, BEYAZ VE KAŞAR PEYNİR, SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN, TAHİN PEKMEZ,HAVUÇ/KIRMIZI PANCAR (Mevsimine göre domates ve salatalık)	YOĞURDUMUZU KENDİMİZ MAYALİYORUZ***HAZIR HİÇBİR GIDA KULLANMIYORUZ***BAKLIYATLARA VE ÇORBALARA İLİKLİ KEMİK SUYU KATIYORUZ***TARHANALARIMIZ DOĞAL KÖY TARHANASIDIR***YAZIN HAZIRLADIĞIMIZ DOMATES KONSERVELERİNİ TÜKETİYORUZ***KOMPOSTOLARIMIZI MEYVEDEN HAZIRLIYORUZ	BESLENME UZMANI & GIDA MÜHENDİSİ İPEK ULU