

















ELEV EĞİTİM VAKFI OKULLARI MART 2024 AYI YEMEK LİSTESİ

	04.03.2024	Kalori	05.03.2024	(Kcal)	06.03.2024	(Kcal)	07.03.2024	(Kcal)	08.03.2024	(Kcal)
	PAZARTESİ	(Kcal)	SALI	(Kcal)	ÇARŞAMBA	(Kcal)	PERŞEMBE	(Kcal)	CUMA	(Kcal)
Kahvaltı 	SİYAH ZEYTİN KAŞAR PEYNİR TEREYAĞI REÇEL YUMURTA BİTKİ ÇAYI		YUMURTA KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL SÜT		SİYAH ZEYTİN TEREYAĞI REÇEL BEYAZ PEYNİR BİTKİ ÇAYI		YEŞİL ZEYTİN TEREYAĞI REÇEL BEYAZ PEYNİR SALATALIK SÜT		DOMATES SALATALIK BEYAZ PEYNİR BAL EV YAPIMI KOMPOSTO	
Öğlen Yemeği 	ŞEHRİYE ÇORBASI KURUFASULYE PİRİNÇ PILAVI AYRAN		EZOĞELİN ÇORBASI SEBZELİ KÖFTE BONCUK MAKARNA MEYVE		MERCİMEK ÇORBASI PIZZA AYRAN		TUTMAÇ ÇORBASI İSPANAK YEMEĞİ MİLFOY BÖREK YOĞURT		EZOĞELİN ÇORBASI MANTI AYRAN	
Salata Bar 	SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR	
Ara Öğün 	MEYVE SALATASI		ANNE KEKİ		ANNE POĞAÇASI		KURUYEMİŞ		EV KURABİYESİ	
	11.03.2024	Kalori	12.03.2024	Kalori	13.03.2024	Kalori	14.03.2024	Kalori	15.03.2024	Kalori
	PAZARTESİ	(Kcal)	SALI	(Kcal)	ÇARŞAMBA	(Kcal)	PERŞEMBE	(Kcal)	CUMA	(Kcal)
Kahvaltı 	KAPYA BİBER DİLİMLERİ SİYAH ZEYTİN KAŞAR PEYNİR TEREYAĞI REÇEL BİTKİ ÇAYI		YEŞİL ZEYTİN KAŞAR PEYNİR BAL YUMURTA SÜT		SİYAH ZEYTİN TEREYAĞI BEYAZ PEYNİR REÇEL BİTKİ ÇAYI		DOMATES SALATALIK BEYAZ PEYNİR BAL EV YAPIMI KOMPOSTO		YEŞİL ZEYTİN TEREYAĞI REÇEL BEYAZ PEYNİR YUMURTA BİTKİ ÇAYI	
Öğlen Yemeği 	TARHANA ÇORBASI NOHUT PILAV CACIK		EZOĞELİN ÇORBA ETLİ BİBER DOLMASI FIRIN MAKARNA AYRAN		MERCİMEK ÇORBA TAVUKLU BEZELYE PİRİNÇ PILAVI AYRAN		EZOĞELİN ÇORBA MAKARNA GÜNÜ (BOLONEZ SOS- KREMA SOS)		TUTMAÇ ÇORBASI İSPANAK MİLFOY BÖREK YOĞURT	
Salata Bar 	SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR	
Ara Öğün 	KAKAOLU CUPCAKE		MEYVE SALATASI		ANNE POĞAÇASI		UZÜMLÜ FINDIKLI KURABİYE		KURUYEMİŞ	
	18.03.2024	Kalori	19.03.2024	Kalori	20.03.2024	Kalori	21.03.2024	Kalori	22.03.2024	Kalori
	PAZARTESİ	(Kcal)	SALI	(Kcal)	ÇARŞAMBA	(Kcal)	PERŞEMBE	(Kcal)	CUMA	(Kcal)
Kahvaltı 	SİYAH ZEYTİN KAŞAR PEYNİR TEREYAĞI REÇEL YUMURTA BİTKİ ÇAYI		HAVUÇ DİLİMLERİ SİYAH ZEYTİN KAŞAR PEYNİR BAL SÜT		YUMURTALI EKMEK REÇEL BİTKİ ÇAYI		SİYAH ZEYTİN TEREYAĞI BEYAZ PEYNİR DOMATES BİTKİ ÇAYI		YEŞİL ZEYTİN SALATALIK BEYAZ PEYNİR YUMURTA SÜT	
Öğlen Yemeği 	GELENEKSEL YOĞURT ÇORBASI KURUFASULYE PİLAV MEYVE		MERCİMEK ÇORBA MAÇAR KEBABİ FIRINDA MAKARNA YOĞURT		DÜĞÜN ÇORBASI TAZE FASULYE BULGUR PILAVI AYRAN		FESLEĞENLİ DOMATES ÇORBASI TAVUK BAGET PILAV İRMİK TATLISI		EZOĞELİN ÇORBA MAKARNA GÜNÜ (BOLONEZ SOS- KREMA SOS)	
Salata Bar 	SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR	
Ara Öğün 	MEYVE SALATASI		KEŞKÜL		EV POĞAÇASI		KURUYEMİŞ		MOZAIK PASTA	
	25.03.2024	Kalori	26.03.2024	Kalori	27.03.2024	Kalori	28.03.2024	Kalori	29.03.2024	Kalori
	PAZARTESİ	(Kcal)	SALI	(Kcal)	ÇARŞAMBA	(Kcal)	PERŞEMBE	(Kcal)	CUMA	(Kcal)
Kahvaltı 	YEŞİL ZEYTİN KAŞAR PEYNİR TEREYAĞI REÇEL YUMURTA BİTKİ ÇAYI		NUTELLALI SICAK EKMEK KAŞAR PEYNİR SÜT		SİYAH ZEYTİN TEREYAĞI BEYAZ PEYNİR REÇEL BİTKİ ÇAYI		YEŞİL ZEYTİN DOMATES KAŞAR PEYNİRİ BAL SÜT		SİYAH ZEYTİN TEREYAĞI REÇEL BEYAZ PEYNİR YUMURTA BİTKİ ÇAYI	
Öğlen Yemeği 	TARHANA ÇORBASI NOHUT PILAV CACIK		EZOĞELİN ÇORBA TERBİYELİ SULU KÖFTE BONCUK MAKARNA MEYVE		MERCİMEK ÇORBA PIZZA AYRAN		TUTMAÇ ÇORBASI TAVUK KÖFTESİ TEREYAĞLI KUSKUS PİLAVI MEYVE		TEREYAĞLI MERCİMEK ÇORBA PIRASA FIRIN MAKARNA AYRAN	
Salata Bar 	SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR		SALAD BAR	
Ara Öğün 	ANNE POĞAÇASI		KURUYEMİŞ		MEYVE SALATASI		MUZLU MAGNOLİA		EV KURABİYESİ	
YEMEKLERİN KALORİ DEĞERLERİ 100 GRM ÜZERİNDEN HESAPLANMIŞTIR.	TEDARİKÇİLERİMİZ									
	PINAR - NESTLE - EKER - ÇOBANOĞLU - ÇOBANYILDIZI - KARPER - BAKTAT ÜLKER - MUTİ - SUPERFRESH - YAYLA - ERŞAN - MİGROS - ARO ERPİLİÇ - NAMET - AYTAÇ - KOSKA - REK - SEYİDOĞLU - SIRMA SU - LİPTON - DOĞUŞ									