ÖZEL YENİ UFUKLAR ANAOKULU

KASIM AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	KAHVALTIM	ÖĞLE YEMEĞİM	İKİNDİ KAHVALTIM
02.11.2026		Karakılçık pilavı-yeşil mercimek-cacık	Sütlaç-meyve
03.11.2026		Kıymalı şehriye (babaanne) çorbası-balık-bırakoli-karnabahar-salata	Tereyağlı poğaça-meyve
04.11.2026		Yüksük çorbası-tavşan yemeği(Kıymalı lahana)-yoğurt	Gözleme-meyve suyu
05.11.2026		Köfteli lebeneye çorbası-portakallı kereviz-etli şehriye pilavı-cacık	Haşhaşlı çörek-mevsim meyvesi
06.11.2026		Et sulu kırmızı mercimek-kayseri yağlaması-yoğurt	Elmalı tarçınlı tart-meyve
09.11.2026		Etli kuru fasulye-sebzeli bulgur pilavı-cacık	Muzlu muhallebi
10.11.2026		Tarhana çorbası-balık-brokoli-karnabahar-yeşillik	Mini sandiviç-mevsim meyvesi
11.11.2026		Domates çorbası-ıspanak-yoğurt	Tam buğdaylı poğaça-mandalina
12.11.2026	Her sabah süt veya ıhlamur/kuşburnu... vb. kış çayı ile birlikte; beyaz peynir, kaşar peyniri, siyah -yeşil zeytin, yumurta, bal, tereyağı, reçel çeşitleri, tahin pekmez ve ayrıca; Çarşamba sürpriz bir kahvaltı (krep, simit, lokma, gözleme... vb.) Salı ve Cuma günleri omlet verilmektedir.	Mercimek çorbası-patates-tavuk-salata	Ev yapımı yulaflı yoğurt
13.11.2026		Sebze çorbası-lahmacun-ayran-salata	Ev yapımı Kakolu ıslak kek-süt
16.11.2026		ARA TATİL	
17.11.2026		ARA TATİL	
18.11.2026		ARA TATİL	
19.11.2026		ARA TATİL	
20.11.2026		ARA TATİL	
23.11.2026		Etli nohut-siyez bulguru-domates çorbası-limonlu salata	Gelin pastası meyveli-süt(Ayın doğum günü pastası)
24.11.2026		Ezogelin çorbası-balık-patates püresi-yeşillik	Üçgen börek-meyve suyu
25.11.2026		Kuzu gerdan çorbası-kıymalı karnabahar-yoğurt	Muzlu yulaflı kek-mevsim meyvesi
26.11.2026		Sebze çorbası-Köfteli patates-mevsim salatası	Tambuğdaylı peynirli poğaça-ayran
27.11.2026		Domates çorbası- Ev yapımı tam buğday hamburger-fırında köfte ,patates- Havuç Çubukları	Elmalı tarçınlı cevizli kek-süt

Okulumuzda Beslenme İlkelerimiz

- Doğal ve Besleyici: Yemeklerimizde mevsim sebzeleri ve günlük ürünler kullanılır, katkı maddesi tercih edilmez.
- Sağlıklı Un Tercihi: Hamur işlerimizde siyez unu, tam buğday unu ve dengeli oranda beyaz un karışımları kullanılmaktadır.
- Dengeli Tatlılar: Tatlılarımızda mümkün olduğunca az şeker kullanılır, doğal tatlandırıcılar tercih edilir.
- Güçlü Bağışıklık: Çorbalarımızda ve bazı yemeklerimizde kemik suyu kullanılarak çocuklarımızın bağışıklık sisteminin desteklenmesi hedeflenir.
- Sevgiyle Hazırlanır: Tüm yiyeceklerimiz hijyen kurallarına uygun şekilde, çocuklarımızın damak tadı ve gelişimi gözetilerek hazırlanır.