

ŞİRİNEVLER ANAOKULU KASIM AYI BESLENME LİSTESİ

TARİH	GÜN	ARA ÖĞÜN	İÇECEK	MEYVE	KURUYEMİŞ
1.11.2024	Cuma	Çikolatalı / ballı ekmek, kuruyemiş, meyve, süt			
4.11.2024	Pazartesi	Ekmek pizza, meyve, içecek			
5.11.2024	Salı	Peynirli börek, kuruyemiş, içecek			
6.11.2024	Çarşamba	Sandviç(peynir, domates marul),kuruyemiş, içecek			
7.11.2024	Perşembe	Ev yapımı kurabiye, meyve, süt			
8.11.2024	Cuma	Fırında yumurtalı ekmek, peynir, zeytin, meyve, içecek			
9.11.2024	Cumartesi				
10.11.2024	Pazar				
11.11.2024	Pazartesi	ARA TATİL	Komposto, hoşaf, şerbet, sade süt, ıhlamur, bitki çayı, açık çay, kefir, limonata(ev yapımı), ayran	Üzüm, armut, incir, elma, nar, muz, ayva	Kuruyemiş olarak ceviz, fındık, badem, yer fıstığı gibi çocuğunuzun sevdiği kabuksuz yemişler gönderilebilir.
12.11.2024	Salı				
13.11.2024	Çarşamba				
14.11.2024	Perşembe				
15.11.2024	Cuma				
16.11.2024	Cumartesi				
17.11.2024	Pazar				
18.11.2024	Pazartesi	Fırında patates, peynir, zeytin, kuruyemiş, içecek			
19.11.2024	Salı	Pankek, sürülebilir çikolata, meyve, süt			
20.11.2024	Çarşamba	Peynirli kaşık dökmesi, zeytin, meyve, içecek			
21.11.2024	Perşembe	Simit, peynir, zeytin, meyve, içecek			
22.11.2024	Cuma	Çikolatalı / ballı ekmek, kuruyemiş, süt			
23.11.2024	Cumartesi				
24.11.2024	Pazar				
25.11.2024	Pazartesi	Fırında yumurtalı ekmek, havuç, zeytin, kuruyemiş, içecek			
26.11.2024	Salı	Tahin pekmez / ballı ekmek, kuruyemiş, peynir, içecek			
27.11.2024	Çarşamba	Kaşarlı tost, zeytin, meyve, içecek			
28.11.2024	Perşembe	Sandviç (peynir, yeşillik, marul vb.), üzüm, içecek			
29.11.2024	Cuma	Ev yapımı kek, peynir, kuruyemiş, içecek			

Sevim GÜRLEYİK Okul Müdürü

Ruhan BORAN YILMAZ Müdür Yardımcısı

Büşra KOLAY Diyetisyen

\* İçecekler ev yapımı olmalıdır. (komposto, hoşaf, şerbet). **Hazır içecekler okulda içirilmeyecektir.**

\* Salam, sucuk, sosis vb. işlenmiş et ürünleri **kullanılmamalıdır.**

\* Ürünlerin aşırı yağlı olmamasına az yağlı ve fırın kullanılarak pişirilmesine dikkat edilmelidir.

\* İçeceklerde süt, ayran, kefir gibi protein içeriği yüksek içecekler kullanılması çocuğumuzun büyüme ve gelişmesine olumlu katkı

\* Kuruyemiş olarak ceviz, fındık, badem, yer fıstığı gibi çocuğunuzun sevdiği kabuksuz yemişler gönderilebilir.

\* Meyve olarak mevsim meyvesi tercih edilmelidir.

\* Kek, poğaçça, börek, kurabiye **ev yapımı** olmalıdır. Hazır ürün kabul edilmeyecektir. Kek ve kurabiyelerin içeriği çocuğumuzun sevdiği

\* Ekmek, pizza içeriği isteğe bağlı ekmeğin üzerine sürülmüş salçalı sos üstüne kaşar, domates, peynir, zeytin, biber vb. olabilir.

\* Sebze krep biber, peynir, maydonoz vb. olabilir

\*Beslenme çantalarını hergün temizleyerek gönderiniz. Menü durumuna göre çatal gönderiniz.

\* İçecekler için sağlıklı plastikten ve tercihen pipetli kaplar gönderiniz.Cam şişeler göndermeyiniz.

\***Peynirli kaşık dökmesi fırında veya tavada az yağlı olacak şekilde kuyu kıvamlı krep hamurunun içerisine peynir eklenerek yapılır.**