



T.C. MEB
DR. UFUK EGE ANAOKULU
ŞUBAT AYI MUTFAĞI'NDA NE VAR?

	TARİH	SABAH KAHVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ KAHVALTISI	KULÜP
1. HAFTA	03.02.2025 Pazartesi	H. Yumurta, peynir,zeytin ,m. Çayı	Tavuk sote ,Bulgur pilavı ,cacık	H. Yumurta, peynir,zeytin ,m. Çayı	II. Dönem Öğretmenler Kurul Toplantısı
	04.02.2025 Salı	Tahin- pekmez,peynir,zeytin,sü	Yeşil mercimek çorbası , salçalı makarna , yoğurt	Kakaolu kek ,süt, elma	Kakaolu kek , süt
	05.02.2025 Çarşamba	Kaşar peynirli , labneli sandaviç , yeşillik ,m.	Etli kuru fasulye, pirinç pilavı, havuç salatası	Kaşar peynirli , labneli sandaviç , yeşillik ,m. Çayı	Karışık meyve tabağı
	06.02.2025 Perşembe	Omlet , peynir zeytin ,aysberg, , m. Çayı	İzmir köfte , şeyriye pilavı , ayran	Yoğurt çorbası , ktır ekmek	Bisküvili pasta , m. Çayı
	07.02.2025 Cuma	Gözleme , peynir,zeytin ,havuç dilimleri, süt	Yoğurt çorbası, kıymalı karnabahar yemeği,salata	Gözleme, peynir ,zeytin ,süt	Karışık meyve tabağı
2. HAFTA	10.02.2025 Pazartesi	Reçel -peynir -zeytin - süt ,ceviz	Orman kebabı , pirinç pilavı , cacık	3-2-1 poğaca , süt ,meyve	Karışık meyve tabağı
	11.02.2025 salı	Fırın patates , peynir ,zeytin ,meyve çayı	Sebzeye çorbası , mantı, makarna,turşu	Sebzeli şehriye pilavı, yoğurt	Tarçınlı cevizli kek, süt
	12.02.2025 Çarşamba	Simit k.Peynir ,zeytin ,süt	Etli nohutlu yemeği , şehriyeli bulgur pilavı,turşu	Simit k.Peynir ,zeytin ,süt	Muzlu magnolia tatlısı
	13.02.2025 Perşembe	H. Yumurta , zeytin , peynir, aysberg	Ezogelin çorba, patatesli gül böreği , hoşaf	Ezogelin çorba , ktır ekmek , meyve	Galeta ,meyve tabağı
	14.02.2025 Cuma	Yayla çorbası , ktır ekmek	Portakallı kereviz yemeği , cevizli erişte,yoğurt	Bisküvili pasta , süt	Tam tahıllı mısır gevreği,süt
3. HAFTA	17.02.2025 Pazartesi	Suçuklu omlet, peynir, zeytin ,maydanoz, süt	Kremalı mantar çorbası, sebzeli makarna, havuç salatası	Mercimekli köfte , ayberg, ayran	Karışık Meyve tabağı
	18.02.2025 Salı	Bazlama tost , zeytin,m.çayı	Yüksük çorbası, pırasa yemeği,yoğurt	Yüksük çorbası, havuç salata	Sütluç
	19.02.2025 Çarşamba	Peynir, zeytin ,çilek reçeli , süt	Nohutlu tavuklu pirinç pilavı , mevsim salata, hoşaf	Cevizli havuçlu kek, süt ,meyve	Portakal , galeta
	20.02.2025 Perşembe	Haşlanmış patates , peynir,zeytin, aysberg, m. Çayı	Ekmek arası köfte , salata, ayran	Tarhana çorbası , ktır ekmek, elma	Kemalpaşa tatlısı
	21.02.2025 Cuma	Kaşarlı labneli soğuk sandaviç , yeşillik ,süt	Barbunya yemeği , pirinç pilavı,turşu	Paskalya ,süt	Karışık Meyve tabağı
4. HAFTA	24.02.2025 Pazartesi	Haşlanmış yumurta, peynir, zeytin, yeşillik ,m çayı	Ezogelin çorba , kıymalı börek ,hoşaf	Sebzeli bulgur pilavı , yoğurt	Mevsim meyvesi tabağı
	25.02.2025 Salı	Omlet , peynir-zeytin- maydanoz m. Çayı	Mercimek çorbası , mantı makarna, turşu	Labneli karışık sandviç , meyve çayı	Çikolatalı puding
	26.02.2025 Çarşamba	Tahin pekmez , zeytin peynir , süt	Kuru köfte, fırında patates,salata -ayran	Erişte , ayran	Muz
	27.02.2025 Perşembe	Köylü çorba , ktır ekmek	Kış sebzeli çorbası , biber dolma ,yoğurt	Köylü çorba , ktır ekmek, meyve	Damla çikolatalı Kurabiye, meyve çayı
	28.02.2025 Cuma	Peynir,zeytin ,bal,ceviz ,süt,	Tavuklu patates yemeği , erişte , yoğurt	Karaköy poğacası ,süt	Karışık Meyve tabağı

Deniz Odabaş
Müdür Yrd.

İnci Algan Akar
Müdür Yrd.

Ülkü Büşra Ülkü Akın
Okul Müdürü

*** Mevsimsel Ve Diğer Şartlara Bağlı Olarak Gerekli Görüldüğü Takdirde Menüde Değişiklik Yapılabilir.

*** Okulumuz "Okul Sağlığı" Projesini yürütmektedir. Bu hususta, menüler

<https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-ve-hareketli-hayat->

[db/Dokumanlar/Kitaplar/Okul_Oncesi_ve_Okul_Cagi_Cocuklara_Yonelik_Beslenme_Onerileri_ve_Menu_Programlari.pdf](https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-ve-hareketli-hayat-db/Dokumanlar/Kitaplar/Okul_Oncesi_ve_Okul_Cagi_Cocuklara_Yonelik_Beslenme_Onerileri_ve_Menu_Programlari.pdf) adresindeki örnek menülerinden yararlanılmaktadır