

TEMMUZ AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	SABAH	ÖĞLE	İKİNDİ
11.07.2016 PAZARTESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, reçel), SÜT	MERCİMEK ÇORBA, MANTI, Z.YAĞLI BARBUNYA, YOĞURT	EV YAPIMI BROWNİE, MEYVE SALATASI
12.07.2016 SALI	TOST, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), BİTKİ-MEYVE ÇAYI	EZOĞELİN ÇORBA, KIYMALI BEZELYE, ARPA ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI, AYRAN	EV YAPIMI AÇMA, BİTKİ ÇAYI
13.07.2016 ÇARŞAMBA	OMLET, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), KURUYEMİŞ, SÜT	YAYLA ÇORBA, TAZE FASULYE, DOMATESLİ BULGUR PİLAVI, YOĞURT	TAM BUĞDAY U. KURU ÜZÜMLÜ KEK, EV YAPIMI LİMONATA
14.07.2016 PERŞEMBE	SAHANDA YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), BİTKİ-MEYVE ÇAYI	DOMATES ÇORBA, FIRINDA SEBZE GRATEN, SOSLU MAKARNA, HAVUÇ TARATOR	EV YAPIMI POĞAÇA, KARPUZ
15.07.2016 CUMA	KREP ya da PANKEK, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), SÜT	TARHANA ÇORBA, EV YAPIMI HAMBURGER KÖFTESİ, CEVİZLİ ERİŞTE, YOĞURT	PEYNİRLİ SANDVIÇ (TAM BUĞDAY EKMEĞİNE) , EV YAPIMI LİMONATA
18.07.2016 PAZARTESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, reçel), BİTKİ-MEYVE ÇAYI	EZOĞELİN ÇORBA, SEBZELİ ET SOTE , PİRİNÇ PİLAVI, KURU CACIK	EV YAPIMI KURU MEYVELİ KEK, SÜT
19.07.2016 SALI	TOST, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), BİTKİ-MEYVE ÇAYI	MERCİMEK ÇORBA, ETLİ TÜRLÜ, BULGUR PİLAVI, YOĞURT	EV YAPIMI SİMİT, EV YAPIMI LİMONATA
20.07.2016 ÇARŞAMBA	OMLET, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), KURUYEMİŞ, SÜT	YAYLA ÇORBA, IZGARA KÖFTE, SOSLU MAKARNA, KARPUZ	TAM BUĞDAY UNLU KURABİYE, SÜT
21.07.2016 PERŞEMBE	SAHANDA YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), BİTKİ-MEYVE ÇAYI	SEBZELİ ÇORBA, MERCİMEK YEMEĞİ, ERİŞTE, AYRAN	EV YAPIMI AÇMA, BİTKİ ÇAYI
22.07.2016 CUMA	KREP ya da PANKEK, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), SÜT	DOMATES ÇORBA, KIYMALI KARIŞIK DOLMA, MAKARNA, YOĞURT	DOMATES-SALATALIK-PEYNİRLİ SANDVIÇ (TAM BUĞDAY EKMEĞİNE), EV YAPIMI AYRAN
25.07.2016 PAZARTESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, reçel), SÜT	YAYLA ÇORBA, FIRINDA SEBZE GÜVEÇ, PİRİNÇ PİLAVI, YOĞURT	EV YAPIMI UN KURABİYESİ, BİTKİ ÇAYI
26.07.2016 SALI	TOST, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), BİTKİ-MEYVE ÇAYI	TARHANA ÇORBASI, YEŞİL MERCİMEKLİ-DOMATESLİ BULGUR PİLAVI, Z.YAĞLI TAZE FASULYE, AYRAN	EV YAPIMI TAVUK GÖĞSÜ, MEYVE SALATASI
27.07.2016 ÇARŞAMBA	OMLET, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), KURUYEMİŞ, SÜT	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI, SEBZELİ ET SOTE, PİRİNÇ PİLAVI, KURU CACIK	EV YAPIMI ISLAK KEK KEK, EV YAPIMI LİMONATA
28.07..2016 PERŞEMBE	SAHANDA YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), BİTKİ-MEYVE ÇAYI	SEBZE ÇORBA, KIYMALI BÖREK, ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA, AYRAN	EV YAPIMI KARIŞIK PİZZA, EV YAPIMI LİMONATA
29.07.2016 CUMA	KREP ya da PANKEK, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, salatalık-domates, tahin-pekmez, tereyağ, bal, reçel), SÜT	MERCİMEK ÇORBA, IZGARA KÖFTE, SOSLU MAKARNA, AYRAN	TAM BUĞDAY UNLU MEYVELİ KURABİYE, BİTKİ ÇAYI