

SOSYAL GÜVENLİK KURUMU KREŞ VE GÜNDÜZ BAKİMEVİ İKİ HAFTALIK YEMEK LİSTESİ

1.08.2022 PAZARTESİ  T.Kalori:1160	Sabah Süt, B.Peynir, Zeytin, Salatalık,Ekmek. Öğle Etli Nohut, Bulgur Pilavı, Yoğurt. İkinci Ihlamur, Kakaolu Kek.	8.08..2022 PAZARTESİ  T.Kalori:1170	Sabah Ihlamur,Yumurta,Zeytin.Ekmek. Öğle Domates Çorba, Şehriyeli Güveç,Yoğurt İkinci Süt, Kurabiye.
2.08.2022 SALI  T.Kalori:1170	Sabah Ihlamur, Omlet, Zeytin,Ekmek. Öğle Ezogelin Çorba,Kuru Köfte, Salata. İkinci Yoğurt, Bisküvi,Kayısı	9.08.2022 SALI  T.Kalori:1170	Sabah Ihlamur, B.Peynir.Domates, Zeytin,Ekmek. Öğle Etli Biber Dolma(yoğ), Makarna,Kavun. İkinci Süt, Mozaik Pasta.
3.08..2022 ÇARŞAMBA  T.Kalori:1160	Sabah Süt, Tahin Pekmezli Ekmek. Öğle Kıy. Kabak Yem(Yoğ) Peynirli Börek, Komposto. İkinci Kıtır Ekmekli Mercimek Çorba.	10.08.2022 ÇARŞAMBA  T.Kalori:1170	Sabah Kıtır Ekmekli Mercimek Çorba. Öğle Terbiyeli Köfte, Makarna, Şeftali. İkinci Ihlamur, Pizza.
4.08.2022 PERŞEMBE  T.Kalori:1150	Sabah Süt,T.Yağı, Bal,B.PeyniR,Ekmek. Öğle Fırın Tavuk, Bulgur Pilavı, Ayran. İkinci M.Suyu Gözleme,Zeytin ,Domates.	11.08.2022 PERŞEMBE  T.Kalori:1170	Sabah Ihlamur, Omlet, Zeytin, Salatalık, Ekmek. Öğle Hamburger,Patates Kızartması, M.Suyu. İkinci Süt, Tahin Pekmezli Ekmek.
5.08.2022 CUMA  T.Kalori:1170	Sabah Ihlamur,Domates,Peynir, Zeytin, Ekmek. Öğle Fırında Köfte(pat Kız),Makarna, Karpuz. İkinci Ayran, Poğaçı.	12.08.2022 CUMA  T.Kalori:1180	Sabah Süt,B.Peynir, Zeytin Domates, Ekmek. Öğle Fırında Sebzeli Tavuk, P.Pilavı,Salata. İkinci Yayla Çorba, Meyve.

NOT: Zorunlu hallerde yemek değişebilir.

Mutfagımızda;hazır meyve suları,hazır çorba,hazır pastane ürünleri kullanılmamaktadır.

Müzeyyen KAYA
Diyetisyen

F.Cavidan CAN
SGK Kreş ve Gündüz Bakımevi Müdürü