

**SOSYAL GÜVENLİK KURUMU KREŞ VE GÜNDÜZ BAKİMEVİ İKİ HAFTALIK YEMEK LİSTESİ**

26.09.2022 PAZARTESİ  T.Kalori:1170	Sabah İhlamur,Zeytin, Yumurta,Ekmek. Öğle Y.mercimek Yemeği,Makarna, Yoğurt. İkindi Süt, Islak Kek.	3.10.2022 PAZARTESİ  T.Kalori:1150	Sabah İhlamur,Beyaz Peynir, Zeytin,Salatalık,Ekmek Öğle Etili Nohut, Bulgur Pilavı, Yoğurt. İkindi Süt, Limonlu Kek.
27.09.2022 SALI  T.Kalori:1170	Sabah İhlamur,Beyaz peynir,Zeytin Domates,Ekmek. Öğle Yayla Çorba ,Kuru Köfte(Pat kız, Dom.Sos)Armut.. İkindi Kakaolu Puding ,Bisküvi.	4.10..2022 SALI  T.Kalori:1170	Sabah Kıtır Ekmekli Mercimek Çorba. Öğle İzmir Köfte,Pirinç.Pilavı,Komposto(Erik) İkindi Süt,Kurabiye.
28.09.2022 ÇARŞAMBA  T.Kalori:1170	Sabah Ezogelin Çorba. Öğle Etili Kabak Dolma, Makarna,Komposto(Erik) İkindi Ayran,Mercimek Köfte,Yeşilik.	5.10.2022 ÇARŞAMBA  T.Kalori:1170	Sabah Süt,Kahvaltılık Gevrek. Öğle Etili Bezelye, Pirinç.Pilavı,Armut İkindi Meyve suyu, Pizza.
29.09.2022 PERŞEMBE  T.Kalori:1150	Sabah İhlamur,Soslu Patates kız.,Zeytin,Ekmek Öğle Tavuk Fırın,Bulgur Pilavı, Salata,Ayran. İkindi Üzüm Beyaz Peynir,Ekmek.	6.10.2022 PERŞEMBE  T.Kalori:1170	Sabah İhlamur,Omlet, Zeytin,Ekmek. Öğle Etili Türlü,Makarna,Komposto İkindi Yarma Çorba
30.09.2022 CUMA  T.Kalori:1180	Sabah İhlamur,Kaşar peyniri,Zeytin,Domates,Ekmek. Öğle Hamburger,Patates Kızartması,Ayran. İkindi Kıtır Ekmekli Mercimek Çorba.	7.10.2022 CUMA  T.Kalori:1180	Sabah Süt,Tahin Pekmezli Ekmek. Öğle Ezogelin Çorba,Tavuk Köfte, Patates Kız.Kavun İkindi İhlamur, Yumurtalı Ekmek, Salatalık.

**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