

SOSYAL GÜVENLİK KURUMU KREŞ VE GÜNDÜZ BAKİMEVİ İKİ HAFTALIK YEMEK LİSTESİ

18.07.2022 PAZARTESİ 	Sabah	İhlamur, B.Peynir, Zeytin,Ekmek	25.07.2022 PAZARTESİ 	Sabah	İhlamur, Yumurta, Zeytin,Domates
T.Kalori:1150	Öğle	Etli Bezelye, P.Pilavı,Yoğurt	T.Kalori:1160	Öğle	Etli Kuru Fasülye, P.Pilavı, Yoğurt.
	İkindi	Süt, Kakaolu Kek.		İkindi	Süt, Kakaolu Kek.
19.07..2022 SALI 	Sabah	Süt, Tahin Pekmezli Ekmek	26.07..2022 SALI 	Sabah	Süt, K.peyniri ,Domates Salatalık.
T.Kalori:1170	Öğle	Etli Türlü,Makarna, Karpuz.	T.Kalori:1160	Öğle	Kıy.Kabaklı Semizotu Yem.(yoğ),Makarna,Puding.
	İkindi	Limonata,Poğaç.		İkindi	Ayran, Pişi, Domates.
20.07.2022 ÇARŞAMBA 	Sabah	Yoğurtlu Yarma Çorba.	27.07.2022 ÇARŞAMBA 	Sabah	M.suyu, Patates Kızartması, Domates, Peynir.
T.Kalori:1170	Öğle	İzmir Köfte, Bulgur Pilavı, Salata.	T.Kalori:1170	Öğle	Ezogelin Çorba, Kuru Köfte(pat.kız),Karpuz.
	İkindi	Ayran Gözleme, Peynir., Domates.		İkindi	Süt, Hindistancevizli Kurabiye.
21.07.2022 PFRSFMRF 	Sabah	İhlamur, Yumurta, Zeytin, Salatalık, Ekmek.	28.07.2022 PFRSFMRF 	Sabah	İhlamur, Omlet, Zeytin.
T.Kalori:1170	Öğle	Erişteli Y.MercÇorba,Tavuk Şinitse,Meyve Suyu.,	T.Kalori:1170	Öğle	Kıymalı Pide,Salata, Ayran.
	İkindi	Süt, T.Yağı Bal, K.Peyniri.		İkindi	Süt, Mozaik Pasta.
22.07.2022 CUMA 	Sabah	Süt, B.peynir, Zeytin ,Domates.	29.07.2022 CUMA 	Sabah	Karpuz, Peynir Ekmek.
T.Kalori:1160	Öğle	Hamburger Patates Kızartması, Ayran.	T.Kalori:1180	Öğle	Yayla Çorba, Tavuk Köfte,(pat.kız.)Salata.
	İkindi	Ezogelin Çorba.		İkindi	Süt, limonlu Kek.

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