











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

10.10.2022 PAZARTESİ  T.Kalori:1160	Sabah İhlamur,B.Peynir, Zeytin,Salatalık Öğle Etlı Kuru Fasülye.,P.Pilavı,Yoğurt. İkindi Süt, Limonlu Kek.	17.10.2022 PAZARTESİ  T.Kalori:1160	Sabah Süt, T.Yağı Bal B.Peynir. Öğle Domates Çorba, Şehriyeli Güveç ,Yoğurt İkindi İhlamur, Dereotlu Poğaçı.
11.10.2022 SALI  T.Kalori:1170	Sabah Süt,K.Peyniri,Domates. Öğle Sebzeli Fırın Tavuk, Noh.Bulgur Pilavı,M.Suyu. İkindi İhlamur, Peynirli Poğaçı.	18.10..2022 SALI  T.Kalori:1180	Sabah İhlamur, Yumurta, Zeytin. Öğle Kıymalı Kabak Kalye(yoğ)Makarna, Meyve. İkindi Ayran, Pişi,Domates
12.10.2022 ÇARŞAMBA  T.Kalori:1180	Sabah Ezogelin Çorba,Elma. Öğle Rosto Köfte,Makarna, Kakaolu Puding. İkindi Süt,B.Peynir,Zeytin, Domates.	19.10.2022 ÇARŞAMBA Kc  T.Kalori:1170	Sabah Kıtır Ekmekli Mercimek Çorba. Öğle Kıymalı Pide, Salata, Ayran. İkindi Süt, Damla Çikolatalı Kurabiye.
13.10.2022 PERŞEMBE  T.Kalori:1150	Sabah İhlamur Omlet, Zeytin. Öğle Etlı Türlü,Makarna ,Armut. İkindi Süt,Havuçlu Kek:	20.10.2022 PERŞEMBE Yarı  T.Kalori;1190	Sabah Süt,,Tahin Pekmezli Ekmek. Öğle Domates Çorba,Tavuk Fırın, Şekerpare Tatlısı İkindi İhlamur,Kakaolu Kek.
14.10.2022 CUMA  T.Kalori:1180	Sabah Süt, Tahin Pekmezli Ekmek. Öğle K.Mercimek Çorba,Köfteli Pilav,Ayran. İkindi İhlamur,Mozaik Pasta.	21.10.2022 CUMA  T.Kalori:1170	Sabah İhlamur, Soslu Patates Kızartması. Öğle Yayla Çorba,Kuru Köfte(pat.Kız),Meyve. İkindi Ayran, Peynirli Kanepe.

**NOT:** Zorunlu hallerde yemek değişebilir.

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

Çelebi GÖÇER  
Aşçı

Müzeyyen KAYA  
Diyetisyen

F.Cavidan CAN  
SGK Kreş ve Gündüz Bakımevi Müdürü