










SOSYAL GÜVENLİK KURUMU KREŞ VE GÜNDÜZ BAKİMEVİ İKİ HAFTALIK YEMEK LİSTESİ

12.09.2022 PAZARTESİ  T.Kalori:1170	Sabah İhlamur, Kaşar Peyniri,Zeytin, Salatalık,Ekmek. Öğle Etli Kuru Fasülye Pirinç Pilavı,Yoğurt. İkindi Süt,Limonlu Kek.	19.09.2022 PAZARTESİ  T.Kalori:1150	Sabah İhlamur, Yumurta, Zeytin,Salatalık,Ekmek Öğle Mercimek Çorba, Şehriyeli Güveç,Yoğurt İkindi Ayran, Poğaç.
13.09.2022 SALI  T.Kalori:1170	Sabah İhlamur, Yumurta, Zeytin,Ekmek Öğle Terbiyeli Köfte, Makarna, Komposto İkindi Üzüm,Beyaz Peynir,Ekmek	20.09.2022 SALI  T.Kalori:1170	Sabah Süt, Tahin Pekmezli ekmek, Mürdüm Erik Öğle Kıymalı Kabak Kalye(yoğ)Peynirli Börek, Armut. İkindi Meyva Suyu,Kurabiye.
14.09.2022 ÇARŞAMBA  T.Kalori:1170	Sabah Süt, Tahin Pekmezli Ekmek Öğle Etli Türlü,Kuskus Pilavı,Şeftali İkindi Süt,Mozaik Pasta	21.09.2022 ÇARŞAMBA  T.Kalori:1170	Sabah İhlamur, Beyaz peynir., Zeytin,Domates,Ekmek Öğle Kıymalı Pide, Salata, Ayran. İkindi İhlamur, Kakaolu Kek.
15.09.2022 PERŞEMBE  T.Kalori:1150	Sabah Süt,Omlet,Zeytin,Ekmek Öğle Ezogelin Çorba,Fırın Tavuk(Pat Kız),Yoğurt İkindi İhlamur,Peynirli Poğaç	22.09.2022 PERŞEMBE  T.Kalori:1170	Sabah İhlamur,Omlet, Zeytin, Salatalık, Ekmek. Öğle Sebzeli Sulu Köfte,Bulgur Pilavı, Salata. İkindi Ayran, Peynirli Sigara Böreği.
16.09.2022 CUMA  T.Kalori:1180	Sabah İhlamur,Beyaz Peynir,Zeytin,Domates,Ekmek. Öğle İzmir Köfte, Pirinç Pilavı,Salata. İkindi Kıtır Ekmekli Mercimek Çorba.	23.09..2022 CUMA  T.Kalori:1180	Sabah Süt,T.Yağı,Bal, Kaşar Peyniri, Ekmek Öğle Ezogelin Çorba,Tavuk Şinitel,Patates Kızıt,M.Suyu İkindi İhlamur, Beyaz Peynir ,Domates, Salatalık Ekmek

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