

# ÖZEL ALİM ANAOKULU EYLÜL AYI YEMEK LİSTESİ

3-6 Yaş Aralığındaki Çocuklara Yönelik Minimum Şeker, Doğal, Taze,  
Probiyotiklerden ve Posadan Zengin, Mevsiminde Sebze ve Meyvelerden Oluşan  
Bağırsak Dostu Sağlıklı Beslenme Menüsü

GÜNLER	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
TARİH	11 EYLÜL	12 EYLÜL	13 EYLÜL	14 EYLÜL	15 EYLÜL
KAHVALTI	Omlet Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Fırında Peynirli Ekmek Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Menemen Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Simit Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Reçelli Krep Günü Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı
ÖĞLE YEMEĞİ	Tavuk sote Pirinç Pilavı Ayrar	Fırın Sebze Soslu Spagetti Yoğurt	Yayla Çorbası Peynirli Börek Ev Yapımı Limonata	Zeytinyağlı Barbunya Pilaki Bulgur Pilavı Cacık	Tepsi Kebabı Cevizli Erişte Ev Yapımı Meyve Suyu
İKİNDİ KAHVALTISI	Mevsim Meyve	Anne Poğaçası	Mozaik Kek	Ev Yapımı Supangle	Mevsim Meyve
TARİH	18 EYLÜL	19 EYLÜL	20 EYLÜL	21 EYLÜL	22 EYLÜL
KAHVALTI	Menemen Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Sebzeli Omlet Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Haşlanmış Yumurta Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Simit Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Krep Günü Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı
ÖĞLE YEMEĞİ	Domates Çorbası Fırın Makarna Mevsim salata	Domates Çorbası Kıymalı Biber Dolması Yoğurt	Mercimek Çorbası Çökertme Kebabı Sos/Yoğurt	Kuru Fasulye Pirinç Pilavı Cacık	Kabak Çorbası Tavuk Şinitzel Patates Kızartması Ev Yapımı Limonata
İKİNDİ KAHVALTISI	Mevsim Meyve	Browni	Lokma	Anne Kurabiyesi	Mevsim Meyve
TARİH	25 EYLÜL	26 EYLÜL	27 EYLÜL	28 EYLÜL	29 EYLÜL
KAHVALTI	Haşlanmış Yumurta Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Simit Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Omlet Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Fırında Peynirli Ekmek Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı	Pankek Günü Açık Büfe Meyve veya Bitki çayı
ÖĞLE YEMEĞİ	Tavuk suyu Çorba Pazılı Gözleme Ev Yapımı Meyve Suyu	Tas Kebabı Bulgur Pilavı Ev Yapımı Meyve Suyu	Et Suyu Çorba Zeytinyağlı Taze Fasulye Yoğurt	Ezogelin Çorbası Soslu Misket Köfte Patates Püresi Ev Yapımı Limonata	Kabak Çorbası Tavuklu Ankara Tava Ayrar
İKİNDİ KAHVALTISI	Açma	Mevsim Meyve	Doğum günü Pastası	Ev Yapımı Supangle	Mevsim Meyve

Not: Zorunluluk halinde yemek listesinde değişiklik yapılabilir.

## Eylül Ayı Sebze ve Meyve Takvimi

### Meyveler

Mürdüm eriği, kavun, incir, üzüm, fındık, karpuz, armut, böğrütlen

### Sebzeler

Mantar, pazı, mısır, patlıcan, kabak, kırmızıbiber, dolmalık biber

Barbunya , Taze Fasulye, Semizotu, Bamya

### Yeşillikler

Marul, roka, biberiye, soğan, nane, maydanoz, tere

## Açık Büfede Bulunan Yiyecekler

Siyah-Yeşil Zeytin

Peynir Çeşitleri

Ağırlıklı olarak Mevsim Yeşillikleri

Ev yapımı reçel veya marmelat

Tahin / Pekmez karışımı