

	DAMLA GÜL ANAOKULU EKİM AYI YEMEK LİSTESİ				
			10/1/2026	10/2/2026	
			PERŞEMBE	CUMA	
KAHVALTI			Simit	PEYNİRLİ OMLET	
			DOMATES-SALATALIK	REÇEL-BAL	
			KREM PEYNİR	KARIŞIK ZEYTİN	
			IHLAMUR	SÜT	
ÖĞLE			TAVUK SOTE	MERCİMEK ÇORBA	
			KABAK MÜCVER	DOLMA	
			PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	
			YOĞURT	SALATA	
İKİNDİ			ÇİKOLATALI KEK	ELMALI KURABIYE	
			BİTKİ ÇAYI	BİTKİ ÇAYI	
KCAL			920 kkal		
	10/5/2026	10/6/2026	10/7/2026	10/8/2026	10/9/2026
	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
KAHVALTI	PARMAK PATATES	HAŞLANMIŞ YUMURTA	KARIŞIK TOST	MENEMEN	SİMİT
	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR PEYNİR-BAL	TAHİN-PEKMEZ	ÇEÇİL PEYNİR	ÜÇGEN PEYNİR
	KARIŞIK ZEYTİN	DOMATES SALATALIK	DOMATES- SALATALIK	KARIŞIK ZEYTİN	ÇİKOLATA-BAL
	DOMATES-SALATALIK	SÜT	BİTKİ ÇAYI	DOMATES-SALATALIK	DOMATES-SALATALIK
ÖĞLE	TARHANA ÇORBA	T.SULU ŞEHİRİYE ÇORBA	EZOĞELİN ÇORBA	YOĞURT ÇORBASI	MERCİMEK ÇORBA
	FIRIN BAGET	SEBZE GRATEN	ORMAN KEBABI	KÖFTE-PATATES	NOHUT
	FIRIN SEBZE	MAKARNA	FIRIN MAKARNA	BULGUR PILAVI	PİRİNÇ PILAVI
	SALATA	YOĞURT	SALATA	AYRAN	CACIK
İKİNDİ	PATLAMIS MISIR	SAKALLI POĞAÇA	ELMALI KURABIYE	SUSAMLI GEVREK	MEYVE
	MEYVE SUYU	AYRAN	SÜT	BİTKİ ÇAYI	SÜT
KCAL	940 kkal	920 kkal	980 kkal	900 kkal	940 kkal
	10/12/2026	10/13/2026	10/14/2026	10/15/2026	10/16/2026
	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
KAHVALTI	POĞAÇA	ÇİRPILMIŞ YUMURTA	FIRIN PATATES	HAŞLANMIŞ YUMURTA	PANKEK
	KAŞAR PEYNİR	SÜZME PEYNİR	PEYNİR -KARIŞIK ZEYTİN	BEYAZ PEYNİR - ZEYTİN	ÇİKOLATA-REÇEL
	KARIŞIK ZEYTİN	KARIŞIK ZEYTİN	DOMATES- SALATALIK	BAL-REÇEL	BAL
	DOMATES-SALATALIK	DOMATES SALATALIK	SÜT	SÜT	SÜT
ÖĞLE	DÜĞÜN ÇORBA	YAYLA ÇORBA	MURADIYE ÇORBA	TARHANA ÇORBA	ŞEHİRİYE ÇORBA
	BEZELYE YEMEĞİ	ET YAHNİ	KURU FASULYE	HAMBURGER	FIRIN TAVUK
	PİRİNÇ PILAVI	MAKANRA	PİRİNÇ PILAVI	FIRIN SEBZE	BULGUR PILAVI
	SALATA	YOĞURT	CACIK-TURŞU	AYRAN	SALATA
İKİNDİ	MOZAİK PASTA	MINİ SANDVIÇ	PUDİNG	TUZLU KURBAİYE	MEYVELİ YOĞURT
	SÜT	AYRAN	-	BİTKİ ÇAYI	-
KCAL	950 kkal	930 kkal	910 kkal	950 kkal	930 kkal
	10/19/2026	10/20/2026	10/21/2026	10/22/2026	10/23/2026
	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
KAHVALTI	OMLET	PEYNİRLİ BÖREK	HAŞLANMIŞ YUMURTA	AÇMA-KAŞAR PEYNİR	MENEMEN
	LABNE PEYNİR	REÇEL-BAL	KAŞAR PEYNİR-BAL	KARIŞIK ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ
	TAHİN-PEKMEZ	KARIŞIK ZEYTİN	DOMATES SALATALIK	DOMATES SALATLIK	KARIŞIK ZEYTİN
	SÜT	DOMATES-SALATALIK	SÜT	SÜT	DOMATES-SALATALIK
ÖĞLE	TAVUK SUYU ÇORBA	TARHANA ÇORBA	MERCİMEK ÇORBA	SEBZE ÇORBA	DOMATES ÇORBA
	BARBUNYA	ETLİ PILAV	MANTI	TAVUK KÖFTESİ	ISPAKAK YEMEĞİ
	BULGUR PILAVI	AYRAN	DOMATES SOS	AYRAN	PİRİNÇ PILAVI
	SALATA	SALATA	YOĞURT	SALATA	SALATA
İKİNDİ	ZEBRA KEK	TUZLU KURABIYE	MEYVE	BROWNİ KEK	MİLFÖY BÖREK
	SÜT	BİTKİ ÇAYI	SÜT	SÜT	AYRAN
KCAL	920 kkal	940 kkal	900 kkal	940 kkal	930 kkal
	10/26/2026	10/27/2026	10/28/2026	10/29/2026	10/30/2026
	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
KAHVALTI	ÇİRPILMIŞ YUMURTA	SİMİT	PANKEK	PATATES KIZARTMASI	HAŞLANMIŞ YUMURTA
	SÜZME PEYNİR	ÜÇGEN PEYNİR	ÇİKOLATA-REÇEL	SÜZME PEYNİR	KAŞAR PEYNİR-BAL
	KARIŞIK ZEYTİN	ÇİKOLATA-BAL	BAL	KARIŞIK ZEYTİN	DOMATES SALATALIK
	DOMATES SALATALIK	DOMATES-SALATALIK	SÜT	SÜT	SÜT
ÖĞLE	SEBZE ÇORBA	YAYLA ÇORBA	TARHANA ÇORBA	DOMATES ÇORBA	MURADİTE ÇORBA
	SEBZE GÜVEÇ	EKŞİLİ KÖFTE	TAS KEBABI	TAVUK SARMA	KURU FASULYE
	PİRİNÇ PILAVI	FIRIN MAKARNA	BULGUR PILAVI	ERİŞTE	PILAV
	AYRAN	SALATA	AYRAN	SALATA	TURŞU
İKİNDİ	PEYNİRLİ POĞAÇA	PUDİNG	HAVUÇLU KEK	PİŞİ	ISLAK KEK
	MEYVE SUYU	-	LİMONATA	BİTKİ ÇAYI	SÜT
KCAL	910 kkal	940 kkal	970 kkal	910 kkal	920 kkal