

ÖZEL KÜÇÜK DAHI-2 GÜNDÜZ BAKİMEVİ
EYLÜL 2021
AYI YEMEK LİSTESİ

Tarih	Sabah Ara Öğünü	Öğle Yemeği	İkinci Ara Öğünü
06.09.2021 / Pazartesi	Kaşar Peyniri-Salatalık	Mercimek Çorbası- Soslu Izgara Köfte-Makarna- Salata	Grisini-Meyve
07.09.2021 / Salı	Bal-Süt	Yoğurt Çorbası-Tavuk Köftesi -Fırın Patates- Meyve	Karışık Kuru Meyve
08.09.2021 / Çarşamba	Siyah Zeytin-Havuç	Nohut Yemeği-Bulgur Pilavı-Salata-Yoğurt	Pankek
09.09.2021 / Perşembe	Tahin/Pekmez-Süt	Domates Çorbası- Kıymalı Taze Fasulye-Pirinç Pilavı-Supangle	Galetta -Meyve
10.09.2021 / Cuma	Beyaz Peynir-Domates	Brokoli Çorbası- Peynirli Fırın Makarna-Ayran-Salata	
13.09.2021 / Pazartesi	Dil Peyniri-Salatalık	Ayranaşı Çorbası- Kadınbudu Köfte-Erişte- Salata	Grisini-Meyve
14.09.2021 / Salı	Bal-Süt	Mercimek Çorbası-Fırında Balık- Makarna- Meyve	Karışık Kuru Meyve
15.09.2021 / Çarşamba	Krem Peynir-Havuç	Kuru Fasulye Yemeği-Bulgur Pilavı-Salata-Yoğurt	Krep
16.09.2021 / Perşembe	Tahin/Pekmez-Süt	Mevsim Türüslü-Kuskus Pilavı-Salata-Meyveli Puding	Galetta -Meyve
17.09.2021 / Cuma	Yeşil Zeytin-Domates	Mantar Çorbası- Kıymalı Lazanya-Ayran-Salata	
20.09.2021 / Pazartesi	Tel Peynir-Salatalık	Domates Çorbası- Misket Köfte-Makarna- Salata	Grisini-Meyve
21.09.2021 / Salı	Bal-Süt	Sebze Çorbası-Fırında Tavuk- Pirinç Pilavı- Meyve	Karışık Kuru Meyve
22.09.2021 / Çarşamba	Labne Peynir-Havuç	Yayla Çorbası-Mercimek Yemeği-Bulgur Pilavı-Salata	Kek
23.09.2021 / Perşembe	Tahin/Pekmez-Süt	Ezogelin Çorbası- Kıymalı Karışık Dolma-Yoğurt-Mozaik Pasta	Galetta -Meyve
24.09.2021 / Cuma	Siyah Zeytin-Domates	Brokoli Çorbası- Mantı-Sos-Yoğurt-Salata	
27.09.2021 / Pazartesi	Yeşil Zeytin-Salatalık	Mercimek Çorbası- Hasanpaşa Köfte-Bulgur Pilavı- Salata	Grisini-Meyve
28.09.2021 / Salı	Bal-Süt	Tarhana Çorbası-Balık Köftesi- Makarna-Meyve	Karışık Kuru Meyve
29.09.2021 / Çarşamba	Krem Peynir-Havuç	Kıymalı Semziotu Yemeği-Pirinç Pilavı-Salata-Muhallebi	Tuzlu Kurabiye
30.09.2021 / Perşembe	Tahin/Pekmez-Süt	Sebze Çorbası-Patlıcan Oturtma-Kuskus-Yoğurt	Galetta -Meyve
01.10.2021 / Cuma	Yeşil Zeytin-Domates	Domates Çorbası-Kıymalı Börek-Ayran-Salata	

SABAH ARA ÖĞÜNÜ: Kahvaltı ürünleri tahıllı ekmele ile birlikte servis edilmektedir. Zeytinler çekirdeksizdir. Günlük süt kullanılmaktadır.

ÖĞLEN YEMEĞİ :Öğlen yemeğinde enerji kaynağı olarak bir çeşit karbonhidrat içeren yemek bulunmaktadır. Sebze yemekleri ve salatalarda zeytin yağı diğer tüm yemeklerde tereyağ kullanılmaktadır. Haftada bir sunulan tatlılarda kullanılan şeker ölçüsü oranı 1/3'tür.

İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ: Eve gitmeden önce atıştırmalık olarak verilmektedir.

***Kırmızı Et:** Semt kasabından günlük taze temin edilmektedir * **Tavuk:** DAMİ Organik Tavukçuluk (İzmir) * **Balık:** GUSTO Balıkçılık (Mezgit Fil

ÖZEL KÜÇÜK DAHI-2 GÜNDÜZ BAKIMEVİ
PETİT GENIE
MENU DU MOIS DE SEPTEMBRE 2021

Dates	Collation du matin	Déjeuner	Goûter
06.09.2021 / Lundi	Fromage Cheddar - Concombres	Soupe de lentilles – Köfte de viande grillée en sauce - Pâtes - Salade	Gressins - Fruits
07.09.2021 / Mardi	Miel - Lait	Soupe au yaourt - Köfte de poulet - Pommes de terre au four - Fruits	Assortiment de fruits secs
08.09.2021 / Mercredi	Olives – Carottes noires	Plat de pois chiches - Boulgour pilav – Salade - Yogourt	Crêpes
09.09.2021 / Jeudi	Tahini / Mielasse - Lait	Soupe de tomates - Haricots frais à la viande hachée - Riz pilav – Dessert “Supangle”	Gressins - Fruits
10.09.2021 / Vendredi	Fromage Feta - Tomates	Soupe de brocolis – Pâtes gratinées au four – Ayran - Salade	
13.09.2021 / Lundi	Fromage - Concombre	Soupe “Ayranşı” – Köfet de viande “Kadinbudu” - Nouilles - Salade	Gressins - Fruits
14.09.2021 / Mardi	Miel - Lait	Soupe de lentilles - Poisson au four – Pâtes - Fruits	Assortiment de fruits secs
15.09.2021 / Mercredi	Crème de fromage - Carottes	Plat de haricots secs - Boulgour pilav – Salade - Yogourt	Crêpes
16.09.2021 / Jeudi	Tahini/Mielasse - Lait	Ratatouille de saison - Ccouscous pilav – Salade - Poudding aux fruits	Gressins - Fruits
17.09.2021 / Vendredi	Olives - Tomates vertes	Soupe de champignons – Lasagnes à la viande hachée – Ayran - Salade	
20.09.2021 / Lundi	Fromage en fils - Concombre	Soupe de tomates – Plat de boulettes de viande - Pâtes - Salade	Gressins - Fruits
21.09.2021 / Mardi	Miel - Lait	Soupe de légumes - Poulet rôti - Riz pilav - Fruits	Assortiment de fruits secs
22.09.2021 / mercredi	Fromage Labneh - Carottes	Soupe printannière – Plat de lentilles - Boulgour pilaf - Salade	Gâteau
23.09.2021 / Jeudi	Tahini/Mielasse - Lait	Soupe ”Ezogelin” – Légumes farcis à la viande – Yogourt – Gateau “Mosaïque”	Gressins - Fruits
24.09.2021 / Vendredi	Olives - Tomates noires	Soupe de brocolis – Raviolis “manti” à la sauce au yogourt - Salace	
27.09.2021 / Lundi	Olives - Concombres verts	Soupe de lentilles - Köfte “Hasanpaşa” - Riz boulgour - Salade	Gressins - Fruits
28.09.2021 / Mardi	Miel - Lait	Soupe “Tarhana” – Köfte de poisson – Pâtes - Fruits	Fruits secs mélangés
29.09.2021 / mercredi	Crème de fromage – carottes	Plat de pourpier à la viande hachée – Riz pilav – Salade - Crème "Muhallebi"	Biscuits salés
30.09.2021 / Jeudi	Tahini/Mielasse - Lait	Soupe de légumes – Aubergine au four à la viande hachée – Couscous - Yogourt	Gressins - Fruits
1.10.2021 / Vendredi	Olives vertes - Tomates	Soupe de tomates – Börek à la viande hachée – Ayran - Salade	

REPAS DU MATIN : Les produits du petit déjeuner sont servis avec du pain aux céréales. Les olives sont sans pépins. Le lait est du jour.

DÉJEUNER : Le déjeuner comporte des glucides comme source d'énergie. L'huile d'olive est utilisée dans les plats de légumes et les salades, le beurre dans tous les autres plats. Le sucre est utilisé dans une proportion de 1 pour trois.

COLLATIONS DE L'APRÈS-MIDI : Une légère collation est servie, sauf le vendredi, avant le départ des enfants de l'école.

* **Viande rouge :** Elle est fournie chaque jour par le boucher local * **Poulet :** Volaille biologique fournie par DAMİ (İzmir) * **Poisson** (Filets d'aiglefin) fourni par la poissonnerie GUSTO