

**ÖZEL KÜÇÜK DAHI-2 GÜNDÜZ BAKİMEVİ**  
**KASIM 2021 / Novembre 2021**  
**AYI YEMEK LİSTESİ ~ Liste des menus**

Tarih	Sabah Ara Öğünü	Öğle Yemeği	İkinci Ara Öğünü
01.11.2021 / Pazartesi	Kaşar Peyniri-Salatalık	Mantar Çorbası- Fırında Köfte- Makarna - Yoğurt	Grisini -Meyve
02.11.2021 / Salı	Bal-Süt	Haşlama Köy Tavuğu- Şehriyeli Pirinç Pilavı- Salata-Meyve	Tuzlu Kurabiye
03.11.2021 / Çarşamba	Siyah Zeytin-Havuç	Etli Kurufasulye- Bulgur Pilavı - Yoğurt - Tiramisu	Karışık Kuru Meyve
04.11.2021 / Perşembe	Tahin/Pekmez-Süt	Süzme Mercimek Çorbası- Fırın Balık- Makarna-Salata	Galetta-Meyve
05.11.2021 / Cuma	Beyaz Peynir-Domates	Domates Çorbası-Gül Böreği-Yoğurt-Meyve	
08.11.2021 / Pazartesi	Dil Peyniri-Salatalık	Ezogelin Çorbası- Tas Kebabı- Erişte-Ayran	Grisini -Meyve
09.11.2021 / Salı	Bal-Süt	Tavuk Köfte-Sade Pirinç Pilavı- Salata- Meyve	Havuçlu Kek
10.11.2021 / Çarşamba	Krem Peynir-Havuç	Etli Nohut- Bulgur Pilavı- Yoğurt- Muhallebi	Karışık Kuru Meyve
11.11.2021 / Perşembe	Tahin/Pekmez-Süt	Un Çorbası-Kıymalı Ispanak Yemeği- Makarna- Yoğurt	Galetta-Meyve
12.11.2021 / Cuma	Yeşil Zeytin-Domates	Mantar Çorbası-Fırın Makarna – Salata- Meyve	
15.11.2021 / Pazartesi	Tel Peynir-Salatalık	Tel Şehriye Çorbası- İzmir Köfte- Makarna- Cacık	Grisini -Meyve
16.11.2021 / Salı	Bal-Süt	Haşlama Köy Tavuğu- Şehriyeli Pirinç Pilavı- Salata-Meyve	Simit Kurabiye
17.11.2021 / Çarşamba	Labne Peynir-Havuç	Kıymalı Karnabahar Graten- Erişte-Yoğurt- Brownie	Karışık Kuru Meyve
18.11.2021 / Perşembe	Tahin/Pekmez-Süt	Sebze Çorbası- Mezgit Cips- Kuskus Pilavı-Salata	Galetta-Meyve
19.11.2021 / Cuma	Siyah Zeytin-Domates	Yayla Çorbası-Lazanya-Yoğurt-Meyve	
22.11.2021 / Pazartesi	Kaşar Peyniri-Salatalık	Tarhana Çorbası- Çökertme Kebabı – Makarna- Yoğurt	Grisini -Meyve
23.11.2021 / Salı	Bal-Süt	Tavuk Köftesi- Sade Pirinç Pilavı-Salata- Meyve	Tatlı Kurabiye
24.11.2021 / Çarşamba	Siyah Zeytin-Havuç	Kıymalı Yeşilmercimek -Bulgur Pilavı- Yoğurt- Islak Kek	Karışık Kuru Meyve
25.11.2021 / Perşembe	Tahin/Pekmez-Süt	Domates Çorbası-Fırında Kabak Graten-Makarna- Salata	Galetta-Meyve
26.11.2021 / Cuma	Beyaz Peynir-Domates	Süzme Mercimek Çorbası- Tepsi Böreği-Yoğurt-Meyve	
29.11.2021/Pazartesi	Dil Peyniri-Salatalık	Ezogelin Çorbası- Kadınbudu Köfte- Patates Püresi-Salata	Grisini -Meyve
30.11.2021/ Salı	Bal-Süt	Haşlama Köy Tavuğu- Şehriyeli Pirinç Pilavı-Ayran-Meyve	Tuzlu Kek

**SABAH ARA ÖĞÜNÜ:** Kahvaltı ürünleri tahıllı ekmek 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.

ÖZEL KÜÇÜK DAHI-2 GÜNDÜZ BAKIMEVİ

KASIM 2021 - Novembre 2021

AYI YEMEK LİSTESİ - Liste des menus

Dates	Collation du matin	Déjeuner	Goûter
01.11.2021 / Lundi	Fromage ‘Kaşar’ - Concombres	Soupe de champignons – Köfte de viande grillée en sauce - Pâtes - Yagourt	Gressins - Fruits
02.11.2021 / Mardi	Miel - Lait	Poulet de ferme bouilli - Riz pilaf aux vermicelles – Salade - Fruits	Biscuits salés
03.11.2021 / Mercredi	Olives noires – Carottes	Haricots à la Viande - Riz Boulgour - Yaourt - Tiramisu	Assortiment de fruits secs
04.11.2021 / Jeudi	Tahini / Mélasse - Lait	Soupe égouttée aux lentilles - Poisson au four - Pâtes - Salade	Gressins - Fruits
05.11.2021 / Vendredi	Fromage Feta - Tomates	Soupe Tomate – Börek “Rose” - Yaourt - Fruits	
08.11.2021 / Lundi	Fromage en languettes - Concombre	Soupe Ezogelin – Kebab “Taş” - Nouilles - Ayran	Gressins - Fruits
09.11.2021 / Mardi	Miel - Lait	Boulettes de Poulet - Riz pilav nature - Salade - Fruits	Gâteau à la carotte
10.11.2021 / Mercredi	Crème de fromage - Carottes	Pois chiches à la Viande - Riz Boulgour - Yaourt – Dessert “ Muhallebi”	Assortiment de fruits secs
11.11.2021 / Jeudi	Tahini/Mélasse - Lait	Soupe à la farine - Épinards à la viande Hachée - Pâtes - Yaourt	Gressins - Fruits
12.11.2021 / Vendredi	Olives vertes - Tomates	Soupe aux champignons - Pâtes au four - Salade - Fruits	
15.11.2021 / Lundi	Fromage en fils - Concombre	Soupe de vermicelles - Köfte d'Izmir - Pâtes - Tzatziki	Gressins - Fruits
16.11.2021 / Mardi	Miel - Lait	Poulet de ferme bouilli - Riz pilaf aux vermicelles – Salade - Fruits	Biscuit “Simit”
17.11.2021 / mercredi	Fromage Labneh - Carottes	Gratin de chou fleur haché - Nouilles - Yaourt - Brownie	Assortiment de fruits secs
18.11.2021 / Jeudi	Tahini/Mélasse - Lait	Soupe de légumes - Chips d'aiglefin - Riz couscous - Salade	Gressins - Fruits
19.11.2021 / Vendredi	Olives vertes - Tomates	Soupe “Yayla » - Lasagnes - Yaourt - Fruits	
22.11.2021 / Lundi	Fromage ‘Kaşar’ - Concombres	Soupe “Tarhana” - Kebab “Çökertme” - Pâtes - Yaourt	Gressins - Fruits
23.11.2021 / Mardi	Miel - Lait	Boulettes de Poulet - Riz pilav nature - Salade - Fruits	Biscuits sucrés
24.11.2021 / mercredi	Olives vertes - Carottes	Hachi de lentilles vertes - Riz boulgour - Yaourt - Gâteau “Islak”	Fruits secs mélangés
25.11.2021 / Jeudi	Tahini/Mélasse - Lait	Soupe de tomates - Gratin de courgettes au four - Pâtes - Salade	Gressins - Fruits
26.11.2021 / Vendredi	Fromage”Feta” - Tomates	Soupe égouttée aux lentilles – Plat de börek - Yaourt - Fruits	
29.11.2021 / Lundi	Fromage en fils - Concombre	Soupe Ezogelin – Kebab “Taş” - Nouilles - Ayran	Grisini -Meyve
30.11.2021 / Mardi	Miel - Lait	Boulettes de Poulet - Riz pilav nature - Salade - Fruits	Gâteaux salés

**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.