



# MENTEŞE BELEDİYESİ

## AŞEVİ EKİM AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	MENÜ			ENERJİ (KCAL)	
1.HAFTA	1.10.2024	ETLİ ÇİFTLİK KEBABI	PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	595 Kcal
	2.10.2024	EKŞİLİ KÖFTE	DOMATESLİ BULGUR PİLAVI	KALBURABASTI TATLISI	985 Kcal
	3.10.2024	ÇITIR TAVUK-PATATES KIZARTMASI	MAKARNA	DOMATES ÇORBASI	906 Kcal
	4.10.2024	DANA ROSTO-PATATES PÜRESİ	PİRİNÇ PİLAVI	MERCİMEK ÇORBASI	779 Kcal
TATİL					
2.HAFTA	7.10.2024	ETLİ TAS KEBABI	SEBZELİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	497 Kcal
	8.10.2024	FIRIN TAVUK	PEYNİRLİ MAKARNA	MEVSİM SALATA	804 Kcal
	9.10.2024	SALÇALI KÖFTE	DOMATESLİ BULGUR PİLAVI	TURŞU/ELMA	532 Kcal
	10.10.2024	KURU FASULYE	PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	654 Kcal
	11.10.2024	TAVUK SOTE	ARPA ŞEHRİYE PİLAVI	REVANİ TATLISI	1251 Kcal
TATİL					
3.HAFTA	14.10.2024	TAVUKLU ORMAN KEBABI	SOSLU MAKARNA	LOR TATLISI	736 Kcal
	15.10.2024	PATLICAN MUSAKKA	BULGUR PİLAVI	CACIK	408 Kcal
	16.10.2024	İZMİR KÖFTE	ERİŞTE	YOĞURT	563 Kcal
	17.10.2024	ET HAŞLAMA	PİRİNÇ PİLAVI	MEVSİM SALATA	513 Kcal
	18.10.2024	FIRIN MANTARLI TAVUK	DOMATESLİ BULGUR PİLAVI	EZOĞELİN ÇORBASI	456 Kcal
TATİL					
4.HAFTA	21.10.2024	TAVUKLU MEVSİM TÜRLÜ	DOMATESLİ BULGUR PİLAVI	ŞEKERPARE TATLISI	721 Kcal
	22.10.2024	DALYAN KÖFTE-PATATES PÜRESİ	PİRİNÇ PİLAVI	MERCİMEK ÇORBASI	945 Kcal
	23.10.2024	ETLİ NOHUT YAHNİ	PİRİNÇ PİLAVI	TURŞU	598 Kcal
	24.10.2024	TAVUK ŞİNİTZEL	SOSLU MAKARNA	ÇOBAN SALATA/AYRAN	776 Kcal
	25.10.2024	MACAR GULAŞ	PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	766 Kcal
TATİL					
5.HAFTA	28.10.2024	(28 EKİM TATİL-YARIM GÜN)			
	29.10.2024	RESMİ TATİL (29 EKİM CUMHURİYET BAYRAMI)			
	30.10.2024	TEPSİ KEBABI	PİRİNÇ PİLAVI	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI	721 Kcal
	31.10.2024	KADINBUDU KÖFTE-PATATES PÜRESİ	MAKARNA	DOMATES ÇORBASI	801 Kcal

NOT: ZORUNLU HALLERDE YEMEK LİSTESİNDE DEĞİŞİKLİK OLABİLİR.

NOT: GIDA ALERJİNİZ VARSA TÜKETMEDEN ÖNCE BİLGİ İSTEYİNİZ.