



MENTEŞE BELEDİYESİ

AŞEVİ OCAK AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	MENÜ			ENERJİ (KCAL)	
1.HAFTA	2.01.2025	TAVUK SOTE	DOMATESLİ BULGUR PİLAVI	MANDALİNA-TURŞU	577 Kcal
	3.01.2025	İZMİR KÖFTE	PİRİNÇ PİLAVI	YEŞİL SALATA-AYRAN	609 Kcal
TATİL					
2.HAFTA	6.01.2025	TAVUK KAVURMA	PİRİNÇ PİLAVI	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI	717 Kcal
	7.01.2025	MİLAS KÖFTE	YEŞİL MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	TURŞU	798 Kcal
	8.01.2025	FIRINDA KALÇALI BUT	MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	715 Kcal
	9.01.2025	CİĞER KAVURMA	SEBZELİ PİRİNÇ PİLAVI	KIŞ SALATASI-AYRAN	772 Kcal
	10.01.2025	KIYMALI PATLICAN MUSAKKA	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	603 Kcal
TATİL					
3.HAFTA	13.01.2025	TAVUKLU ÇİFTLİK KEBABI	BULGUR PİLAVI	PORTAKAL-TURŞU	544 Kcal
	14.01.2025	ET SOTE	PİRİNÇ PİLAVI	EZOĞELİN ÇORBASI	675 Kcal
	15.01.2025	KURU FASULYE	ETLİ BULGUR PİLAVI	TURŞU-TAHİN HELVASI	786 Kcal
	16.01.2025	ROSTO KÖFTE-PATATES PÜRESİ	ZERDEÇALLI PİRİNÇ PİLAVI	YEŞİL SALATA	688 Kcal
	17.01.2025	FIRINDA TAVUK BAGET	ARPA ŞEHRİYE PİLAVI	DÜĞÜN ÇORBASI	815 Kcal
TATİL					
4.HAFTA	20.01.2025	ETLİ TAS KEBABI	BULGUR PİLAVI	SULTAN ÇORBASI-PORTAKAL	583 Kcal
	21.01.2025	BARBEKÜ SOSLU TAVUK KÜLBASTI	MAKARNA	ŞEKERPARE TATLISI-AYRAN	856 Kcal
	22.01.2025	ETLİ NOHUT YAHNİ	PİRİNÇ PİLAVI	KEŞKEK	865 Kcal
	23.01.2025	ACEM KÖFTE	NAPOLİTEN SOSLU SPAGETTİ	ELMA-TURŞU	709 Kcal
	24.01.2025	DANA ROSTO-PATATES PÜRESİ	PİRİNÇ PİLAVI	HAVUÇ ÇORBASI	819 Kcal
TATİL					
5.HAFTA	27.01.2025	MANTARLI TAVUK SOTE	PİRİNÇ PİLAVI	TURŞU-YÜKSÜK ÇORBASI	654 Kcal
	28.01.2025	SEBZELİ MİTİTE KÖFTE	SOSLU MAKARNA	KARIŞIK SALATA	831 Kcal
	29.01.2025	KABUNE PİLAVI	DOMATES ÇORBASI	KARIŞIK SALATA-AYRAN	560 Kcal
	30.01.2025	ET HAŞLAMA	DOMATESLİ BULGUR PİLAVI	MUZ	515 Kcal
	31.01.2025	DANA KAVURMA	SAFRANLI PİRİNÇ PİLAVI	CEVİZLİ BAKLAVA	890 Kcal
NOT: ZORUNLU HALLERDE YEMEK LİSTESİNDE DEĞİŞİKLİK OLABİLİR.					
NOT: GIDA ALERJİNİZ VARSA TÜKETMEDEN ÖNCE BİLGİ İSTEYİNİZ.					