



MENTEŞE BELEDİYESİ AŞEVİ ŞUBAT AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	MENÜ			ENERJİ (KCAL)	
1.HAFTA	3.02.2025	EKŞİLİ TAVUK	DOMATESLİ BULGUR PİLAVI	REVANİ TATLISI	1142 Kcal
	4.02.2025	İZMİR KÖFTE	PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT-ELMA	625 Kcal
	5.02.2025	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA PİLAKİ	PEYNİRLİ MAKARNA	YEŞİL SALATA-TAHİN HELVASI	942 Kcal
	6.02.2025	ÇİNGENE KÖFTE	SEBZELİ PİRİNÇ PİLAVI	TURŞU-AYRAN	815 Kcal
	7.02.2025	ETLİ TAS KEBABI	ERİŞTE	HAVUÇ ÇORBASI-YOĞURT	756 Kcal
TATİL					
2.HAFTA	10.02.2025	TAVUKLU BAHÇIVAN KEBABI	SOSLU MAKARNA	TURŞU-AYRAN	733 Kcal
	11.02.2025	DANA ROSTO-PATATES PÜRESİ	PİRİNÇ PİLAVI	MERCİMEK ÇORBASI	779 Kcal
	12.02.2025	KURU FASULYE	ETLİ BULGUR PİLAVI	CACIK	719 Kcal
	13.02.2025	FIRINDA KALÇALI BUT	PİRİNÇ PİLAVI	EZOĞELİN ÇORBASI-KARIŞIK SALATA	901 Kcal
	14.02.2025	ETLİ GÜVEÇ	DOMATESLİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT-TURŞU	552 Kcal
TATİL					
3.HAFTA	17.02.2025	TAVUK SOTE	ARPA ŞEHRİYE PİLAVI	BEYRAN ÇORBASI	884 Kcal
	18.02.2025	ETLİ NOHUT YAHNİ	PİRİNÇ PİLAVI	ZERDE-KIŞ SALATASI	949 Kcal
	19.02.2025	ÇITIR TAVUK	SEBZELİ BULGUR PİLAVI	DOMATES ÇORBASI	677 Kcal
	20.02.2025	ROSTO KÖFTE-PATATES PÜRESİ	PİRİNÇ PİLAVI	EZOĞELİN ÇORBASI	737 Kcal
	21.02.2025	ARNAVUT CİĞER-PİYAZ	PİRİNÇ PİLAVI	MERCİMEK ÇORBASI	935 Kcal
TATİL					
4.HAFTA	24.02.2025	BARBEKÜ SOSLU TAVUK KÜLBASTI	PİRİNÇ PİLAVI	TULUMBA TATLISI	734 Kcal
	25.02.2025	TEPSİ KEBABI	SEBZELİ BULGUR PİLAVI	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI-KARIŞIK SALATA	734 Kcal
	26.02.2025	MACAR GULAŞ	ZERDEÇALLI PİRİNÇ PİLAVI	YAYLA ÇORBASI	710 Kcal
	27.02.2025	KARNİYARIK	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	621 Kcal
	28.02.2025	ET HAŞLAMA	DOMATESLİ PİRİNÇ PİLAVI	YEŞİL SALATA-TAHİN HELVASI	673 Kcal
NOT: ZORUNLU HALLERDE YEMEK LİSTESİNDE DEĞİŞİKLİK OLABİLİR.					
NOT: GIDA ALERJİNİZ VARSA TÜKETMEDEN ÖNCE BİLGİ İSTEYİNİZ.					