**AVSALLAR AYHAN ŞAHENK ANAOKULU ŞUBAT 2022 YEMEK LİSTESİ**

**AYHAN ŞAHENK ANAOKULU Mutfağımızdaki uygulamalardan bazıları;**

\*Yemeklerde margarin kullanılmamakta tereyağı ve zeytinyağı tercih edilmektedir.

\*Hazır köfte ve çorba kullanılmamaktadır. Köfteler günlük taze etten yapılmaktadır. Sebze ve köfteleri kızartmak yerine fırınlama işlemi tercih edilmektedir.

\*Bitki çaylarında toz şeker yerine bal kullanılmaktadır.

\*Kahvaltılık ürünlerde az tuzlu olanlar tercih edilmektedir. Yemeklerdeki tuz oranı da düşük tutulmaktadır.

\*Ekmek yeteri kadar verilir. Günlük ekmek ihtiyacı dışında fazladan tüketilmemelidir.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PAZARTESİ** | **SALI** | **ÇARŞAMBA** | **PERŞEMBE** | **CUMA** |
| **07.02.2022**  KAHVALTI MENÜSÜ  ÇİKOLATALI KREP  MEYVE SUYU | **08.02.2022**  FIRINDA TAVUK KÖFTESİ  EKMEK | **09.02.2022**  SEBZELİ ÇORBA EKMEK | **10.02.2022**  ZEYTİNYAĞLI PIRASA  EKMEK | **11.02.2022**  PORTAKALLI KEK SÜT |
| **14.02.2022**  KAHVALTI MENÜSÜ  FIRINDA PATATES  ZEYTİN PEYNİR  BİTKİ ÇAYI | **15.02.2022**  KURU FASÜLYE  PİLAV  TURŞU | **16.02.2022**  MERCİMEK ÇORBASI  EKMEK | **17.02.2022**  ISAPANAK YEMEĞİ  YOĞURT  EKMEK | **18.02.2022**  PİŞİ  PEYNİR  ZEYTİN |
| **21.02.2022**  KAHVALTI MENÜSÜ  KARIŞIK PİZZA | **22.02.2022**  NOHUT YEMEĞİ  EKMEK | **23.02.2022**  ŞEHRİYE ÇORBASI  KITIR EKMEK | **24.02.2022**  MÜCVER  AYRAN | **25.02.2021**  HAVUÇLU KEK  MEYVE SUYU |

**AYHAN ŞAHENK ANAOKULU Mutfağımızdaki uygulamalardan bazıları;**

* Yemeklerde margarin kullanılmamakta tereyağı ve zeytinyağı tercih edilmektedir.
* Hazır köfte ve çorba kullanılmamaktadır. Köfteler günlük taze etten yapılmaktadır. Sebze ve köfteleri kızartmak yerine fırınlama işlemi tercih edilmektedir.
* Bitki çaylarında toz şeker yerine bal kullanılmaktadır.
* Kahvaltılık ürünlerde az tuzlu olanlar tercih edilmektedir. Yemeklerdeki tuz oranı da düşük tutulmaktadır.
* Ekmek yeteri kadar verilir. Günlük ekmek ihtiyacı dışında fazladan tüketilmemelidir.