



# MENTEŞE BELEDİYESİ OCAK AYI YEMEK LİSTESİ

| 03 Ocak 2022 Pazartesi |               | 04 Ocak 2022 Salı          |               | 05 Ocak 2022 Çarşamba      |               | 06 Ocak 2022 Perşembe |               | 07 Ocak 2022 Cuma       |               |
|------------------------|---------------|----------------------------|---------------|----------------------------|---------------|-----------------------|---------------|-------------------------|---------------|
| YEMEK ADI              | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI                  | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI                  | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI             | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI               | Enerji (Kcal) |
| ETLİ NOHUT YAHNİ       | 865 Kcal      | MERCİMEK ÇORBASI           | 875 Kcal      | KARNİYARİK                 | 563 Kcal      | DALYAN KÖFTE          | 867 Kcal      | EKŞİLİ TAVUK            | 700 Kcal      |
| PİRİNÇ PİLAVI          |               | FIRIN TAVUK                |               | ERİŞTE                     |               | PİRİNÇ PİLAVI         |               | DOMATESLİ BULGUR PİLAVI |               |
| KEŞKEK                 |               | SOSLU MAKARNA              |               | CACIK                      |               | MEVSİM SALATA         |               | TULUMBA TATLISI         |               |
| 10 Ocak 2022 Pazartesi |               | 11 Ocak 2022 Salı          |               | 12 Ocak 2022 Çarşamba      |               | 13 Ocak 2022 Perşembe |               | 14 Ocak 2022 Cuma       |               |
| YEMEK ADI              | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI                  | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI                  | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI             | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI               | Enerji (Kcal) |
| ÇİFTLİK KEBABİ         | 491 Kcal      | ÇITIR TAVUK                | 943 Kcal      | KURU FASULYE               | 1186 Kcal     | MERCİMEK ÇORBASI      | 779 Kcal      | ŞEHRİYE ÇORBASI         | 632 Kcal      |
| BULGUR PİLAVI          |               | FIRIN MAKARNA              |               | PİRİNÇ PİLAVI              |               | ROSTO KÖFTE PÜRELİ    |               | SULTAN KEBABİ           |               |
| CACIK                  |               | BROKOLİ SALATA             |               | KEŞKEK                     |               | PİRİNÇ PİLAVI         |               | YOĞURT                  |               |
| 17 Ocak 2022 Pazartesi |               | 18 Ocak 2022 Salı          |               | 19 Ocak 2022 Çarşamba      |               | 20 Ocak 2022 Perşembe |               | 21 Ocak 2022 Cuma       |               |
| YEMEK ADI              | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI                  | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI                  | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI             | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI               | Enerji (Kcal) |
| TAVUK KAPAMA           | 701 Kcal      | ŞEHRİYE ÇORBASI            | 770 Kcal      | ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA PİLAK | 696 Kcal      | MANTARLI TAVUK SOTE   | 482 Kcal      | EZOĞELİN ÇORBASI        | 809 Kcal      |
| PİRİNÇ PİLAVI          |               | KIYMALI KARNABAHAAR GRATEN |               | BULGUR PİLAVI              |               | PİRİNÇ PİLAVI         |               | KADINBUDU KÖFTE         |               |
| YOĞURT                 |               | SOSLU MAKARNA              |               | PUDİNG                     |               | TURŞU KARIŞIK         |               | PATATES KIZARTMASI      |               |
| 24 Ocak 2022 Pazartesi |               | 25 Ocak 2022 Salı          |               | 26 Ocak 2022 Çarşamba      |               | 27 Ocak 2022 Perşembe |               | 28 Ocak 2022 Cuma       |               |
| YEMEK ADI              | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI                  | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI                  | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI             | Enerji (Kcal) | YEMEK ADI               | Enerji (Kcal) |
| ETLİ NOHUT YAHNİ       | 1089 Kcal     | DOMATES ÇORBASI            | 513 Kcal      | ET HAŞLAMA                 | 586 Kcal      | ZEYTİNYAĞLI PIRASA    | 544 Kcal      | MERCİMEK ÇORBASI        | 935 Kcal      |
| PİRİNÇ PİLAVI          |               | BEŞAMEL SOSLU TAVUK        |               | PİRİNÇ PİLAVI              |               | PEYNİRLİ MAKARNA      |               | ARNAVUT CİĞERİ          |               |
| KARIŞIK KIZARTMA       |               | BULGUR PİLAVI              |               | MANDALİNA                  |               | YOĞURT                |               | PİRİNÇ PİLAVI           |               |
| KEŞKEK                 |               |                            |               |                            |               |                       |               | PIYAZ                   |               |
| 31 Ocak 2022 Pazartesi |               |                            |               |                            |               |                       |               |                         |               |
| YEMEK ADI              | Enerji (Kcal) |                            |               |                            |               |                       |               |                         |               |
| EZOĞELİN ÇORBASI       | 702 Kcal      |                            |               |                            |               |                       |               |                         |               |
| TAVUK YAHNİ            |               |                            |               |                            |               |                       |               |                         |               |
| PİRİNÇ PİLAVI          |               |                            |               |                            |               |                       |               |                         |               |

NOT: ZORUNLU HALLERDE YEMEK LİSTESİNDE DEĞİŞİKLİK OLABİLİR.  
NOT: GIDA ALERJİNİZ VARSA TÜKETMEDEN ÖNCE BİLGİ İSTEYİNİZ.

HASAN KESKİN  
AŞEVI SORUMLUSU

OKAN CAN AKKOYUN  
GIDA MÜHENDİSİ

İLÜSEYİN BARIŞ MARAŞ  
İŞLETME VE İŞTİRAKLER MÜDÜR V.