

02 MART 2020 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI  
KAŞAR PEYNİR  
HAŞLANMIŞ YUMURTA  
JULYAN SALATALIK  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
KIŞ ÇORBA  
GEM.USULU KURU FASÜLYE  
ŞEH.PİRİNÇ PİLAV  
MEVSİM SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ  
ÜZÜMLÜ KEK  
DİLİM ARMUT

03 MART 2020 Salı

SABAH KAHVALTISI  
ÜÇGEN PEYNİR  
SİMİT  
REÇEL  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
KUŞBURNU

ÖĞLE YEMEĞİ  
TARHANA ÇORBA  
SAHAN KÖFTE  
PEYNİRLİ MAKARNA  
YOĞURT

İKİNDİ YEMEĞİ  
ÇÖREKOTLU TUZLU KURABIYE  
DİLİM PORTAKAL

04 MART 2020 Çarşamba

SABAH KAHVALTISI  
PEYNİRLİ OMLET/TAHİN PEKMEZ  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
EZOGELİN ÇORBA  
BAHÇIVAN KEBAP  
ERİŞTE  
SÜTLAÇ

İKİNDİ YEMEĞİ  
TAHİNLİ KURABIYE  
KURU KAYISI

05 MART 2020 Perşembe

SABAH KAHVALTISI  
BEYAZ PEYNİR  
BAL  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
IHLAMUR

ÖĞLE YEMEĞİ  
SEBZE ÇORBA  
FİRINDA PİLİÇ BAGET  
SADE PİRİNÇ PİLAV  
AYRAN

İKİNDİ YEMEĞİ  
MİNİ SEBZELİ SANDWİÇ  
MUZ

06 MART 2020 Cuma

SABAH KAHVALTISI  
KAŞAR PEYNİR  
HAŞLANMIŞ YUMURTA  
HAVUÇ ÇUBUKLARI  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
NANELİ YOĞURT ÇORBA  
PATATES OTURTMA  
SADE MAKARNA  
MEVSİM MEYVE

İKİNDİ YEMEĞİ  
ANNE KURABIYE  
KURU ÜZÜM

09 MART 2020 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI  
BEYAZ PEYNİR  
HAŞLANMIŞ YUMURTA  
RENKLİ BİBERÇUBUKLARI  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
ANTEP ÇORBA  
MANTI SOSLU &YOĞURT  
Z.Y SEBZE BUKETİ  
MEVSİM MEYVE

İKİNDİ YEMEĞİ  
PEYNİRLİ MİNİ POĞAÇA  
AYRAN

10 MART 2020 Salı

SABAH KAHVALTISI  
KAŞAR PEYNİR  
BAL  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
IHLAMUR

ÖĞLE YEMEĞİ  
YAYLA ÇORBA  
KURU MİTİTE KÖFTE  
KÜP PATATES  
KUSKUS  
NARLI AKDENİZ SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ  
TARÇINLI KEK  
DİLİM ARMUT

11 MART 2020 Çarşamba

SABAH KAHVALTISI  
PATATESLİ OMLET  
TAHİN PEKMEZ  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
SÜZME MERCİMEK ÇORBA  
KIŞ TÜRLÜ  
PİRİNÇ PİLAV  
SUPANGLE

İKİNDİ YEMEĞİ  
SUSAMLI TUZLU KURABIYE  
AYRAN

12 MART 2020 Perşembe

SABAH KAHVALTISI  
ÜÇGEN PEYNİR  
REÇEL  
SİMİT  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
KUŞBURNU

ÖĞLE YEMEĞİ  
MANTAR ÇORBA  
HİNDİ KAVURMA/KÜP PATATES  
SOSLU MAKARNA  
COLOSLOW SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ  
KAKAOLU KEK  
DİLİM PORTAKAL

13 MART 2020 Cuma

SABAH KAHVALTISI  
KREM PEYNİR  
HAŞLANMIŞ YUMURTA  
SALATA ÇUBUKLARI  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
ANADOLU ÇORBA  
KARNABAHAAR GRATEN  
ERİŞTE  
YOĞURT

İKİNDİ YEMEĞİ  
MİNİ AÇMA  
AYRAN

16 MART 2020 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI  
ÜÇGEN PEYNİR  
HAŞLANMIŞ YUMURTA  
HAVUÇ ÇUBUKLARI  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
DÜĞÜN ÇORBA  
NOHUT  
ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAV  
RENKLİ SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ  
VANİLYALI KEK  
DİLİM ELMA

17 MART 2020 Salı

SABAH KAHVALTISI  
BEYAZ PEYNİR  
REÇEL  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
KUŞBURNU

ÖĞLE YEMEĞİ  
TARHANA ÇORBA  
İZMİR KÖFTE  
SADE MAKARNA  
HAVUÇ TARATOR

İKİNDİ YEMEĞİ  
UN KURABIYE  
KURU ÜZÜM

18 MART 2020 Çarşamba

SABAH KAHVALTISI  
SÜTLÜ OMLET/TAHİN PEKMEZ  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
NANELİ YOĞURT ÇORBA  
BEZELYE  
PİRİNÇ PİLAV  
ÇİKOLATALI SÜTLÜ PRENSES TATLI

İKİNDİ YEMEĞİ  
MOZAIK PASTA  
DİLİM ELMA

19 MART 2020 Perşembe

SABAH KAHVALTISI  
KAŞAR PEYNİR  
BAL  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
IHLAMUR

ÖĞLE YEMEĞİ  
HAVUÇ ÇORBA  
FİRINDA PİLİÇ ŞİNİZEL  
SPAGETTİ  
AYRAN

İKİNDİ YEMEĞİ  
DEREOTLU MİNİ POĞAÇA  
DİLİM PORTAKAL

20 MART 2020 Cuma

SABAH KAHVALTISI  
BEYAZ PEYNİR  
HAŞLANMIŞ YUMURTA  
TAHİN PEKMEZ  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
EZOGELİN ÇORBA  
PATATES GRATEN  
KUSKUS  
YOĞURT

İKİNDİ YEMEĞİ  
HAVUÇLU KEK  
KURU KAYISI

23 MART 2020 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI  
KREM PEYNİR  
HAŞLANMIŞ YUMURTA  
SALATA ÇUBUKLARI  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
MERCİMEK ÇORBA  
MANTI SOSLU &YOĞURT  
Z.Y KEREVİZ  
MEVSİM MEYVE

İKİNDİ YEMEĞİ  
PEYNİRLİ SEBZELİ MİNİ SANDWİÇ  
AYRAN

24 MART 2020 Salı

SABAH KAHVALTISI  
ÜÇGEN PEYNİR  
SİMİT  
REÇEL  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
KUŞBURNU

ÖĞLE YEMEĞİ  
ÇİFTLİK ÇORBA  
IZGARA TAVUK  
SPAGETTİ  
AYRAN

İKİNDİ YEMEĞİ  
SOSLU KEK  
DİLİM PORTAKAL

25 MART 2020 Çarşamba

SABAH KAHVALTISI  
OMLET/TAHİN PEKMEZ  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
BROKOLİ ÇORBA  
ET FAJİTA  
SOSLU MAKARNA  
ROKALI SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ  
MİNİ SİMİT  
AYRAN

26 MART 2020 Perşembe

SABAH KAHVALTISI  
BEYAZ PEYNİR  
BAL  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
IHLAMUR

ÖĞLE YEMEĞİ  
SEBZELİ TAVUK ÇORBA  
YEŞİL MERCİMEK  
PATATESLİ GÜL BÖREĞİ  
HAVUÇ TARATOR

İKİNDİ YEMEĞİ  
ZEBRA KEK  
KURU ÜZÜM

27 MART 2020 Cuma

SABAH KAHVALTISI  
KAŞAR PEYNİR  
HAŞLANMIŞ YUMURTA  
HAVUÇ ÇUBUKLARI  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
DOMATES ÇORBA  
CIHANGİR BURGER  
FİRINDA ELMA DİLİM PATATES  
AYRAN

İKİNDİ YEMEĞİ  
PEYNİRLİ MİNİ AÇMA  
AYRAN

30 MART 2020 Pazartesi

SABAH KAHVALTISI  
ÜÇGEN PEYNİR  
HAŞLANMIŞ YUMURTA  
TAHİN PEKMEZ  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
SÜT

ÖĞLE YEMEĞİ  
KIŞ ÇORBA  
KURU FASÜLYE  
ŞEH.PİRİNÇ PİLAV  
SALATA

İKİNDİ YEMEĞİ  
LİMONLU KEK  
KURU ÜZÜM

31 MART 2020 Salı

SABAH KAHVALTISI  
KAŞAR PEYNİR  
BAL  
LABNE  
ZEYTİN ÇEŞİTLERİ  
KUŞBURNU

ÖĞLE YEMEĞİ  
TARHANA ÇORBA  
ROSTO KÖFTE /PATATES PÜRE  
ERİŞTE  
KEŞKÜL

İKİNDİ YEMEĞİ  
TUZLU KURABIYE  
AYRAN



# MART 2020 YEMEK LİSTESİ



## DİKKAT!

- Pişen yemeklerden numuneler alınarak 72 Saat Bekletilmektedir.
- Kullanılan gıda ürünleri Türk Gıda Kodeksi, Türk Standartları Enstitüsü kalite belgelerine sahip en kaliteli ürünlerden seçilerek satın alınmaktadır.
- Yemekler hijyen kurallarına uygun araç ve gereçlerle Cihangir Okulları mutfaklarında yapılmaktadır.
- Yemeklerin yapımında kullandığımız sular periyodik analizlerle denetlenmektedir.
- Hazırlanan aylık menüye uyulmakla birlikte gerekli görülen durumlarda yönetim onayı ile değişiklik yapılabilmektedir.

444 56 91  
www.cihangir.k12.tr