



AYLIK YEMEK LİSTESİ

Doküman Kodu	GNL.LST.022
Yayın Tarihi	01.08..2018
Revizyon Tarihi	
Revizyon No	00
Sayfa No	1/3

Yemek Listesi yapılırken Engelli Yemek Talepleri (GNL.FRM.044) Dikkate alınmalıdır.

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE	AKŞAM	1.ARA ÖĞÜN	2. ARA ÖĞÜN
01.10.2023	Çay Üçgen Peynir Y.Zeytin Domates-Salatalık Omlet	Mercimek çorbası Et sote Çerkez pilavı Cacık	Kıymalı bezelye Şeh.pirnc pilavı Yoğurt Akdeniz salata	Revani	Karışık kuruyemiş (Ceviz badem kuru üzüm)
02.10.2023	Süt Kaşar peynir Y.zeytin Reçel Domates-salatalık	Sulu köfte Yoğurtlu makarna Mevsim salata Muhallebili kadayıf	Ezogelin çorbası Etli Mevsim-Türlü Peynirli erişte Yoğurt	Ayran kraker	Çay kek
03.10.2023	Süt Beyaz Peynir Y.Zeytin Domates-Salatalık Fındık Ezmesi	Tavuk çorba Karışık kızartma(yoğurt) Peynirli börek Elma	Etli Mantar sote Bulgur pilavı Cacık Şekerpare	Kuru kayısı Ceviz	Muz
04.10.2023	Çay Beyaz Peynir Reçel –yağ S.zeytin Domates-Salatalık	Mercimek çorbası Hünkar Beğendi Mercimekli Bulgur Pilavı Ayran	Toyga çorba Dolma(etli) yoğurt Çoban salata Revani	Elma	Bisküvi çay
05.10.2023	Çay Beyaz Peynir S.Zeytin Sucuklu yumurta Domates-Salatalık	Nohut yemeği(etli) Bulgur pilavı (sebzli) Ayran Turşu	Sebze çorbası Orman kebabı Şehriyeli pirinç pilavı Mevsim salata	Kek	Mandalina
06.10.2023	Çay Peynirli Poğaçça S.Zeytin Bal-Yağ Domates-Salatalık	Tarhana çorba Etli taze fasulye Patatesli Gül Böreği Komposto	Sebze çorbası Tavuk Şinitzel Peynirli Erişte Cacık	Leblebi kuru üzüm	Süt-çikolata
07.10.2023	Çay Haşlanmış yumurta Beyaz peynir Y.zeytin Domates-salatalık	Domates çorbası Kuşbaşı sebzli kebab Akdeniz salata Ayran	Düğün Çorbası Yeşil mercimek yemeği Mevsim salata Yoğurt	Ayran -leblebi	Mandalina
08.10.2023	Çay Krem peynir Y.zeytin Simit Domates -salatalık	Mercimek Çorbası Et Sote Tel şeh.Bulgur pilavı Çoban salata	Kremalı mantar çorba Patlıcan musakka Pirinç pilavı Turşu	Puding	Kraker – çay
09.10.2023	Süt Kaşar peynir Y.zeytin Menemen Domates-salatalık	Toyga çorba Fırında tavuk Erişte Yoğur	Sebze çorbası Etli Kuru fasulye yemeği Sebzeli bulgur pilavı Cacık	Elma	Karışık kuruyemiş (fındık fıstık üzüm)
10.10.2023	Çay Kaşar peynir Reçel-Yağ Y.Zeytin Domates-Salatalık	Hanımağa Çorbası Kıymalı patates yemeği Erişte Komposto	Ezogelin Çorbası Et haşlama Pirinç pilavı(garnitürlü) Yoğurt	Süt -bisküvi	Kuru üzüm Badem /fındık

Diyetisyen

Adı Soyadı / İmza

Serap Seda ÖZDİL
0533 421 6250

Serap Seda ÖZDİL
0533 421 6250

Ali KARABULUT
Diyetisyen



AYLIK YEMEK LİSTESİ

Doküman Kodu	GNL.LST.022
Yayın Tarihi	01.08..2018
Revizyon Tarihi	
Revizyon No	00
Sayfa No	2/3

Yemek Listesi yapılırken Engelli Yemek Talepleri (GNL.FRM.044) Dikkate alınmalıdır.

TARİH	KAHVALLI	ÖĞLE	AKŞAM	1.ARA ÖĞÜN	2. ARA ÖĞÜN
11.10.2023	Çay Beyaz Peynir S.Zeytin Reçel -Yağ Domates-Salatalık	Un çorba Soslu fırın köfte Havuç salata Muhallebili kadayıf	Şehriyeli tavuk çorba Kıymalı kabak yemeği Bulgur pilavı(sebzeli) Ayran	Kek	Elma - süt
12.10.2023	Süt Beyaz peynir S.zeytin Menemen Domates- salatalık	Ezogelin çorba Kayseri mantı Turşu Kemal paşa tatlısı	Aksaray tava Tel Şeh. Bulgur pilavı Cacık Çoban salata	Muz	Sütlü kahve Kuru kayısı
13.10.2023	Çay Beyaz peynir Y.zeytin Bal -yağ Domates- salatalık	Sebze Çorbası Kıymalı pide Mevsim salata Ayran	Domates çorbası Etli Türlü Peynirli erişte Yoğurt	Elma	Karışık kuruyemiş (Fındık, leblebi, ceviz)
14.10.2023	Süt Kaşar peynir Y.zeytin Fındık ezmesi Domates-salatalık	Tel şeh. Çorba Karnıyarık Haydari Mandalina	Mercimek çorba Sebzeli Fırında tavuk(garntırlı) Soslu makarna Komposto	Sütlü irmik tatlısı	Çay - galeta
15.10.2023	Süt/Çay Haşlanmış yumurta Üçgen peynir S.Zeytin Domates -salatalık	İzmir köfte Pirinç pilavı Çoban salata Turşu	Tarhana çorba Dolma(kıymalı) yoğurt Mevsim salata Kakaolu kek	Elma	Kuru üzüm Leblebi
16.10.2023	Süt/Çay Beyaz peynir Sigara Böreği Domates-Salatalık Zeytin	Arabaşı Çorbası Ispanak yemeği Peynirli börek Ayran	Sulu köfte Yoğurtlu makarna Mevsim salata Revani	Mandalina	Leblebi -ayran
17.10.2023	Süt Krem peynir Y.zeytin Omlet Domates-salatalık	Mercimek çorba Soğan kebabı Çoban salata Yoğurt	Yayla çorbası Etli Nohut yemeği Pirinç pilavı Karışık komposto	Mozaik pasta	Yoğurt - meyve
18.10.2023	Çay Üçgen peynir Reçel S.Zeytin Domates -salatalık	Domates çorba(kşr) Etli patlıcan yemeği Tel.şehir bulgur pilavı Elma	Tarhana çorba Tavuklu Mantar sote Peynirli erişte Cacık	Karışık kuruyemiş	Puding
19.10.2023	Çay Kaşar peynir Y.zeytin Sade açma /poğaç Domates salatalık	Mercimek köfte Kıymalı börek Ayran Mevsim Salata	Toyga çorba Et döner Çoban salata İrmik helvası	Bisküvi çay	Elma
20.10.2023	Çay Beyaz Peynir S.Zeytin Bal-Yağ Domates-Salatalık	Etli Bamya yemeği Pirinç pilavı Yoğurt Turşu	Ezogelin çorba Tavuk sote Haydari Mevsim salata	Mandalina	Süt -bisküvi

Diyetisyen

Adı Soyadı / İmza

SEDA
Sağlık Bilimleri ve
Diyetisyenlik Merkezi

Sarıyeri Sokağı ÖZDİL

0533 421 62 50

Tespazır Mah. 815. Sk.

72000 Çarşı, Merkez

19070 Kocaeli / BURSA

Aksaray V.D. No: 6330 7330 810

KARABULUT
Diyetisyen



AYLIK YEMEK LİSTESİ

Doküman Kodu	GNL.LST.022
Yayın Tarihi	01.08..2018
Revizyon Tarihi	
Revizyon No	00
Sayfa No	3/3

Yemek Listesi yapılırken Engelli Yemek Talepleri (GNL.FRM.044) Dikkate alınmalıdır.

TARİH	KAHVATI	ÖĞLE	AKŞAM	1.ARA ÖĞÜN	2. ARA ÖĞÜN
21.10.2023	Çay Üçgen Peynir Y.Zeytin Reçel-Yağ Domates-Salatalık	Domtes çorbası(kşr) Fırında balık Çoban salata Tahin helva	Etli yeşil fasulye Pirinç pilavı Ayrar Puding	Muz	Ayrar galeta
22.10.2023	Çay Krem peynir Y.zeytin Fındık ezmesi Domates -salatalık	Güveç Peynirli börek Haydari Mevsim salata	Mercimek çorbası Kıymalı kabak yemeği Tel.şeh.bulgur pilavı Cacık	Çay –kek	Sütlü kahve Leblebi
23.10.2023	Süt/Çay Simit Üçgen peynir S.Zeytin Domates -salatalık	Yayla Çorbası Rosto et Soslu makarna Turşu	Tarhana çorba Kıymalı ıspanak yemeği Erişte Havuç tarator	Elma	Çay - kraker
24.10.2023	Süt/ Çay Beyaz Peynir Domates-Salatalık Y.zeytin Çikolata	Z.yağlı Pırasa yemeği Fırın Makarna(peynr Komposto Mandalina	Tel şeh.çorbası Fırında tavuk but Mevsim salata Muhallebili kadayıf	Kuru kayısı-ceviz	Muz
25.10.2023	Çay Üçgen Peynir Y.Zeytin Reçel-Yağ Domates-Salatalık	Mercimek çorbası Hünkar Beğendi Mercimekli Bulgur Pilavı Ayrar	Etli nohut yemeği Pirinç pilavı Yoğurt Turşu	Karışık kuruyemiş	Ayrar galeta
26.10.2023	Çay Beyaz Peynir S.Zeytin Bal-Yağ Domates-Salatalık	Kıymalı sebze sote Pirinç pilavı Söğüş sebze Ayrar	Tarhana çorba Tavuklu Mantar sote Peynirli erişte Yoğurt	Puding	Mandalina
27.10.2023	Süt Kaşar peynir Y.zeytin Omlet Domates-salatalık	Ezogelin çorba Kıymalı Sebze Graten Erişte Şekerpare	Aksaray tava Tel Şeh. Bulgur pilavı Cacık Çoban salata	Muz	Kuru kayısı Ceviz
28.10.2023	Süt/ Çay Beyaz Peynir Domates-Salatalık Y.zeytin Fındık ezmesi	Domates çorba Kadınbudu köfte Havuç tarator Elma	Mercimek çorba Tavuklu iç pilav Komposto İrmik helvası	Kuru üzüm leblebi	Ayrar kraker
29.10.2023	Çay Beyaz Peynir Reçel-yağ S.Zeytin Domates-Salatalık	Tel şeh. Çorbası Aksaray tava Pirinç pilavı Turşu	Tarhana çorba Kıymalı ıspanak yemeği Soslu makarna Haydari	Elma	Süt - çikolata
30.10.2023	Süt/ Çay Beyaz Peynir Domates-Salatalık Y.zeytin Çikolata	Sebze çorbası Tavuk Şinitzel Peynirli Börek Komposto	Ezogelin çorbası Güveç (etli) Peynirli Börek Ayrar	Karışık kuruyemiş	Elma

Diyetisyen

Adı Soyadı / İmza

Seda Başarım ve
Danışmanlık Merkezi

Sorumlu Yetkili ÖZDİL
0533 21 62 00

Adres: Akademi Mah. 815. Sk.
Kat: 2/No: 5/8 AKSARAY

Akşam Y.M. No: 6320 7320 849

Ali KARABULUT
Diyetisyen



AYLIK YEMEK LİSTESİ

Doküman Kodu	GNL.LST.022
Yayın Tarihi	01.08..2018
Revizyon Tarihi	
Revizyon No	00
Sayfa No	4/3

Yemek Listesi yapılırken Engelli Yemek Talepleri (GNL.FRM.044) Dikkate alınmalıdır.

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE	AKŞAM	1.ARA ÖĞÜN	2. ARA ÖĞÜN
31.10.2023	Çay Beyaz Peynir Menemen Y.Zeytin Domates-Salatalık	Kremalı mantar çorb İzmir Köfte Pirinç Pilavı Çoban Salata	Toyga çorba Tavuk sote (sebzeli) Erişte Yoğurt	Süt kek	Muz

Not: DİYABETLİ BİREYLERDE 4. KAP'ta BULUNAN TATLILAR VE ARA ÖĞÜNDEKİ KEK POĞAÇA TARZI HAMUR İŞLERİ MEYVE VE YOĞURTLA DEĞİŞTİRİLEBİLİR.

NOT; 2 ÖĞÜNDE DE ÇORBA OLMAYAN GÜNLERDE İHTİYACI OLAN BİREYLERDE DİĞER ÖĞÜNÜNDE AYNI ÇORBA VERİLEBİLİR.

DİYABETLİ BİREYLERDE BEYAZ EKMEK KULLANILMAMALI.

Diyetisyen

Adı Soyadı / İmza

Seda Başoğlu ÖZDİL
0532 421 62 52
Gölpazarı Mah. 815. Sk.
Zeki Çelik İş. Merkezi
Kat: 2 No: 5/3 AYÇARAY
Danışmanlık Merkezi Aksoy V.D. No: 6330 7330 940

Ali KARABULUT
Diyetisyen