

|                                                           | <b>15 Çeşit Serpme Sabah Kahvaltısı</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>5 Çeşit Sağlıklı Öğle Yemeği</b>                                                                                                 | <b>Meyve/Sebze Menüsü</b>                                           | <b>İkinci Kahvaltısı</b>         |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>26.01.2026</b><br><b>Pazartesi</b>                     | Pankek, Özel Karışımli Organik Bal, Sade Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Süt Reçeli, Ev yapımı Portakal Reçeli, Fıstık Ezmesi, Burgu Peynir, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin Ezmesi, Tahin, Pekmez, Organik Kefir, Organik Bitki Çayı, Havuç, Roka, Maydanoz, Siyah Zeytin, Yeşil Zeytin, Ekmek/Organik Ekmek.          | Tereyağlı Şehriye Çorbası, Kıymalı Karnabahar Yemeği, Tereyağlı Burgu Makarna,Havuç Salatası, Normal Ekmek/ Organik Ekmek.          | Elma, Portakal, Mandalina, Havuç, Kuru Kayısı, Kuru Üzüm, Kuru Dut. | Kakaolu Kek<br>Organik Kış Çayı. |
| <i>Zekâ gelişimi için güne 21 kuru üzümle başlıyoruz.</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                     |                                                                     |                                  |
| <b>27.01.2026</b><br><b>Salı</b>                          | Patatesli Omlet, Özel Karışımli Organik Bal, Sade Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Süt Reçeli, Ev yapımı Portakal Reçeli, Fıstık Ezmesi, Burgu Peynir, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin Ezmesi, Tahin, Pekmez, Organik Kefir, Organik Bitki Çayı, Havuç, Roka, Maydanoz, Siyah Zeytin, Yeşil Zeytin, Ekmek/Organik Ekmek. | İlikli Kemik Suyuna Tarhana Çorbası, Nohut Yemeği, Tereyağlı Pirinç Pilavı, Ev yapımı Turşu, Ekmek/ Organik Ekmek.                  | Elma, Portakal, Mandalina, Havuç, Kuru Kayısı, Kuru Üzüm, Kuru Dut. | Açma<br>Osmanlı Şerbeti.         |
| <i>Zekâ gelişimi için güne 21 kuru üzümle başlıyoruz.</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                     |                                                                     |                                  |
| <b>28.01.2026</b><br><b>Çarşamba</b>                      | Krep, Roka, Maydanoz, Özel Karışımli Organik Bal, Sade Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Süt Reçeli, Ev yapımı Portakal Reçeli, Fıstık Ezmesi, Burgu Peynir, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin Ezmesi, Tahin, Pekmez, Organik Kefir, Organik Bitki Çayı, Havuç, Siyah Zeytin, Yeşil Zeytin, Ekmek/Organik Ekmek.            | İlikli Kemik Suyuna Yayla Çorbası, İzmir Köfte, Tereyağlı Bulgur Pilavı, Ev Yapımı Ayran, Normal Ekmek/ Organik Ekmek.              | Elma, Portakal, Mandalina, Havuç, Kuru Kayısı, Kuru Üzüm, Kuru Dut. | Tahinli Çörek, Kış Çayı.         |
| <i>Zekâ gelişimi için güne 21 kuru üzümle başlıyoruz.</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                     |                                                                     |                                  |
| <b>29.01.2026</b><br><b>Perşembe</b>                      | Sigara Böreği, Özel Karışımli Organik Bal, Sade Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Süt Reçeli, Ev yapımı Portakal Reçeli, Fıstık Ezmesi, Burgu Peynir, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin Ezmesi, Tahin, Pekmez, Organik Kefir, Organik Bitki Çayı, Havuç, Roka, Maydanoz, Siyah Zeytin, Yeşil Zeytin, Ekmek/Organik Ekmek.   | İlikli Kemik Suyuna Mercimek Çorbası, Kıymalı Kabak Dolması, Tereyağlı Erişte Pilavı, Ev Yapımı Yoğurt, Normal Ekmek/Organik Ekmek. | Elma, Portakal, Mandalina, Havuç, Kuru Kayısı, Kuru Üzüm, Kuru Dut. | Peynirli Pide, Osmanlı Şerbeti.  |
| <i>Zekâ gelişimi için güne 21 kuru üzümle başlıyoruz.</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                     |                                                                     |                                  |

|                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                              |                                                                     |                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <b>30.01.2026</b><br><b>Cuma</b><br><i>Zekâ gelişimi için güne 21 kuru üzümle başlıyoruz.</i> | Yumurtalı Ekmek Kızartması, Özel Karışımli Organik Bal, Sade Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Süt Reçeli, Ev yapımı Portakal Reçeli, Fıstık Ezmesi, Burgu Peynir, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin Ezmesi, Tahin, Pekmez, Organik Kefir, Organik Bitki Çayı, Havuç, Roka, Maydanoz, Siyah Zeytin, Yeşil Zeytin, Ekmek/Organik Ekmek. | İlikli Kemik Suyuna Atom Sebze Çorbası, Kayseri Mantısı, Mantı Sosu, Ev Yapımı Yoğurt, Şekerpare Normal Ekmek/Organik Ekmek. | Elma, Portakal, Mandalina, Havuç, Kuru Kayısı, Kuru Üzüm, Kuru Dut. | Limonlu Kek, Kış Çayı. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------|

## OKULDA BÖYLEYKEN, EVDE FARKLI OLMASIN 😊

- Bu okulda yumurtalar **organik köy yumurtasıdır**.
- Bu okulda her sabah **organik kefir mayalanmaktadır**.
- Ka3 yağ olarak hiçbir öğünde margarin kullanılmaz, **doğal tereyağı kullanılır**.
- Yoğurdumuz okulda mayalandığından **asla katkı maddesi içermez. (3 günde ekşir)** Okulumuzda kullanılan gıda maddelerinin tamamı bilinen markalara ait ürünlerdir.
- Balımız **%100 doğaldır**. (Glikoz şurubu ve şeker içermez) Bu okulda hazır meyve suyu, toz içecekler verilmez. Okulumuzda hazır çorba ve hazır çaylar kullanılmaz.
- Okulumuzda “Şokella/Sarelle vb.” yerine güçlendiren formül (Tahin-Pekmez) verilir. **Tarhanamız organik köy tarhanasıdır**.
- Mutfağımız ve Buzdolabımız her zaman velilerimizin denetimine açıktır ve bundan mutluluk duyarız.
- Bu okulda öğrencilerimiz, zekâ gelişimi için güne **her sabah 21 kuru üzümle başlarlar**.
- **HER SABAH ÖZEL KARIŞIMLI ORGANİK BAL**
- **Bal, zencefil, zerdeçal, havlıcan karışımı...**

**Not:** Zorunluluk halinde yemek değişikliği yapılabilir, böylesi bir durumda ilgili değişiklik tarafınıza mutlaka bildirilecektir.