



	15 Çeşit Serpme Sabah Kahvaltısı	5 Çeşit Sağlıklı Öğle Yemeği	Meyve/Sebze Menüsü	İkinci Kahvaltısı
14.07.2025 Pazartesi	Krep, Özel Karışıklı Organik Bal, Organik Kefir, Kakaolu Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Çilek Reçeli, Vişne Reçeli, Fıstık Ezmesi, Havuç, Burgu Peynir, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin Ezmesi, Tahin, Pekmez, Organik Bitki Çayı, Siyah zeytin, Yeşil Zeytin, Ekmek/Organik Ekmek.	Kemik Suyuna Şehriye Çorbası, Bahçıvan Kebabı, Tereyağı Bulgur Pilavı, Yoğurtlu Semizotu Salatası, Normal Ekmek/Organik Ekmek.	Kayısı, Kavun, Karpuz, Armut, Salatalık, Kuru Üzüm, Kuru Dut.	Ay Çöreği Organik Bitki Çayı.
<i>Zekâ gelişimi için güne 21 kuru üzümle başlıyoruz.</i>				
15.07.2025 Salı	Anne Pişisi, Organik Kefir, Özel Karışıklı Organik Bal, Kakaolu Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Çilek Reçeli, Vişne Reçeli, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin E. Tahin, Pekmez, Fıstık Ezmesi, Burgu Peynir, Organik Bitki Çayı, Siyah Zeytin, Yeşil Zeytin, Domates, Salatalık, Ekmek/Organik Ekmek	Kemik Suyuna Süzme Mercimek Çorbası, İzmir Köfte, Tereyağı Pirinç Pilavı, Marş Fasulye Salatası, Normal Ekmek/Organik Ekmek.	Kayısı, Kavun, Karpuz, Armut, Salatalık, Kuru Üzüm, Kuru Dut.	Gözleme, Osmanlı Şerbeti.
<i>Zekâ gelişimi için güne 21 kuru üzümle başlıyoruz.</i>				
16.07.2025 Çarşamba	Karışık Kızartma, Özel Karışıklı Organik Bal, Kakaolu Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Çilek Reçeli, Vişne Reçeli, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin E. Tahin, Pekmez, Fıstık Ezmesi, Organik Kefir, Havuç, Burgu Peynir, Organik Bitki Çayı, Siyah zeytin, Yeşil Zeytin, Ekmek/Organik Ekmek.	Kemik Suyuna Tarhana Çorbası, Yaz Türüsü, Tereyağı Erişte, Cacık, Normal Ekmek/Organik Ekmek.	Kayısı, Kavun, Karpuz, Armut, Salatalık, Kuru Üzüm, Kuru Dut.	Orman meyveli kek Osmanlı Şerbeti
<i>Zekâ gelişimi için güne 21 kuru üzümle başlıyoruz.</i>				
17.07.2025 Perşembe	Yumurtalı Ekmek, Özel Karışıklı Organik Bal, Kakaolu Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Çilek Reçeli, Vişne Reçeli, Burgu Peynir, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin Ezmesi, Fıstık Ezmesi Tahin, Pekmez, Organik Kefir, Organik Bitki Çayı, Siyah Zeytin, Yeşil Zeytin, Domates, Salatalık, Ekmek/Organik Ekmek.	Kemik Suyuna Yoğurt Çorbası, Beşamel Soslu Tavuk, Arpa Şehriye Pilavı, Elma Dilim Patates, Çoban Salata, Normal Ekmek/Organik Ekmek.	Kayısı, Kavun, Karpuz, Armut, Salatalık, Kuru Üzüm, Kuru Dut.	Ev Yapımı Katmer Organik Ayran
<i>Zekâ gelişimi için güne 21 kuru üzümle başlıyoruz.</i>				
18.07.2025 Cuma	Patatesli Yumurta, Özel Karışıklı Organik Bal, Kakaolu Helva, Süzme Beyaz Peynir, Zeytinyağı, Zahter, Ev Yapımı Çilek Reçeli, Vişne Reçeli, Fıstık Ezmesi, Burgu Peynir, Kuru Üzüm, Kuru Dut, Zeytin Ezmesi, Tahin, Pekmez, Organik Kefir, Organik Bitki Çayı, Siyah Zeytin, Yeşil Zeytin, Domates, Salatalık, Ekmek/Organik Ekmek.	Kaşarlı Domates Çorbası Açık Büfe Makarna Bar	Kayısı, Kavun, Karpuz, Armut, Salatalık, Kuru Üzüm, Kuru Dut.	Supangle Organik Bitki Çayı.

OKULDA BÖYLEYKEN, EVDE FARKLI OLMASIN 😊

- Bu okulda yumurtalar **organik köy yumurtasıdır.**
- Bu okulda her sabah **organik kefir mayalanmaktadır.**
- Katı 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.*

DİYETİSYEN PSİKOLOG NURSENA ÖZOĞUL