

MARMARA EĞİTİM KURUMLARI İLKOKULU KAHVALTI LİSTESİ EKİM 2026

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
			1.10.2026	2.10.2026
			Süzme Peynir Zeytin Vişne Reçeli Haşlanmış Yumurta Çeri Domates Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Ezine Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Menemen Dereotu Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği
5.10.2026	6.10.2026	7.10.2026	8.10.2026	9.10.2026
Kaşar Peynir Zeytin Kayısı Reçeli Haşlanmış Yumurta Salatalık Dilimleri Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Çeçil Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Çırpılmış Yumurta Maydonoz Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Ezine Peynir Zeytin Çokokrem Pankek Ceviz Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Krem Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Haşlanmış Yumurta Çeri Domates Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Dil Peynir Zeytin Vişne Reçeli Pişi Kıl Biber Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği
12.10.2026	13.10.2026	14.10.2026	15.10.2026	16.10.2026
Ezine Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Kalem Börek Mandalina Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Top Peynir Zeytin Vişne Reçeli Haşlanmış Yumurta Ceviz Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Krem Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Sebzeli Omlet Salatalık Çubukları Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Kaşar Peynir Zeytin Çokokrem Krep Kapya Biber Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Ezine Peynir Zeytin Kayısı Reçeli Haşlanmış Yumurta Elma Dilim Patates Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği
19.10.2026	20.10.2026	21.10.2026	22.10.2026	23.10.2026
Çeçil Peynir Zeytin Vişne Reçeli Haşlanmış Yumurta Maydonoz Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Ezine Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Kahvaltılık Pizza Havuç Çubukları Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Dil Peynir Zeytin Kayısı Reçeli Göz Yumurta Çeri Domates Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Labne Zeytin Tahin-Pekmez Kalem Börek Salatalık Dilimleri Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Kaşar Peynir Zeytin Bal-Tereyağ Kakaolu Pankek Ceviz Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği
26.10.2026	27.10.2026	28.10.2026	29.10.2026	30.10.2026
Krem Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Haşlanmış Yumurta Çeri Domates Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Çeçil Peynir Zeytin Bal-Tereyağ Patatesli Börek Dereotu Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Ezine Peynir Zeytin Vişne Reçeli Peynirli Bulut Omlet Salatalık Dilimleri Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	**RESMİ TATİL**	Dil Peynir Zeytin Kayısı Reçeli Haşlanmış Yumurta Havuç Çubukları Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği

Menülerimiz Beslenme Uzmanı/Diyetisyen Selen ŞAHIN tarafından besin değeri, kalite, miktar ve çeşitlilik göz önünde bulundurularak hazırlanmış olup Genel Müdür Dr. Elif ŞİMŞEK tarafından onaylanmıştır.

· Satın alma; kullanılan gıda ürünleri, Türk Gıda Kodeksi, Türk Standartları Enstitüsü kalite belgelerine sahip en kaliteli ürünlerden seçilerek diyetisyenimiz tarafından yapılmaktadır.
· Et grubu: Dört Mevsim Et A.Ş.(Susurluk/Balıkesir)
· Tavuk ve yumurta: Beypiliç(Bolu), Keskinoğlu(Osmangazi/Bursa)
· Balık/Deniz Ürünleri: Pınar(Bornova/İzmir), Gezici Su Ürünleri/Marmara Seafood
· Süt ve Süt Ürünleri: Eker(Nilüfer/Bursa), Sütaş(Karacabey), Pınar(Bornova/İzmir)
· Kuru Gıda: Reis Gıda(Taşköprü/Kastamonu), Ankara Makarna(Sincan/Ankara)