



MARMARA EĞİTİM KURUMLARI İLKOKULU KAHVALTI LİSTESİ OCAK 2026

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
			1.01.2026	2.01.2026
			RESMİ TATİL	Top Peynir Zeytin Bal-Tereyağ Sebzeli Omlet Salatalık Dilimleri Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği
5.01.2026	6.01.2026	7.01.2026	8.01.2026	9.01.2026
Dil Peynir Zeytin Reçel Haşlanmış Yumurta Havuç Çubukları Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Labne Zeytin Bal-Tereyağ Peynirli Börek Dereotu Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Ezine Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Menemen Elma Dilim Patates Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Çeçil Peynir Zeytin Çokokrem Pankak Salatalık Çubukları Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Kaşar Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Haşlanmış Yumurta Kıl Biber Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği
12.01.2026	13.01.2026	14.01.2026	15.01.2026	16.01.2026
Ezine Peynir Zeytin Bal-Tereyağ Peynirli Bulut Omlet Portakal Dilimleri Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Top Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Haşlanmış Yumurta Salatalık-Havuç Çubukları Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Krem Peynir Zeytin Reçel Patatesli Kalem Börek Maydanoz Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Dil Peynir Zeytin Çokokrem Krep Salatalık Dilimleri Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği	Ezine Peynir Zeytin Tahin-Pekmez Haşlanmış Yumurta Kıl Biber Süt Tam Tahıllı Sandviç Ekmeği
19.01.2026	20.01.2026	21.01.2026	22.01.2026	23.01.2026
ARA TATİL				
26.01.2026	27.01.2026	28.01.2026	29.01.2026	30.01.2026
ARA TATİL				
Mevsim Meyveleri: Elma, armut, üzüm, mandalina, portakal, muz				
Menülerimiz Beslenme Uzmanı/Diyetisyen Selen ŞAHİN 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), Keskinöğlü(Osmangazi/Bursa)
- Balık/Deniz Ürünleri: Pınar(Bornova/İzmir), Gezici Su Ürünleri/Marmara Seafood
- Süt ve Süt Ürünleri: Eker(Nilüfer/Bursa), Süttaş(Karacabey), Pınar(Bornova/İzmir)

· Kuru Gıda: Reis Gıda(Taşköprü/Kastamonu), Filiz Makarna(Merkez/Bolu)