



MARMARA İLOKULU İKİNDİ BESLENMESİ MART 2026

PAZARTESİ 2.03.2026	SALI 3.03.2026	ÇARŞAMBA 4.03.2026	PERŞEMBE 5.03.2026	CUMA 6.03.2026
GALETA KREM PEYNİR 165 kcal	ELMALI KURABİYE MEVSİM MEYVESİ 265 kcal	İKİ RENKLİ PUDİNG 130 kcal	ALTIN ÇÖREK MUZ 250 kcal	TUZLU KURABİYE HURMA 180 kcal
9.03.2026	10.03.2026	11.03.2026	12.03.2026	13.03.2026
DEREOTLU POĞAÇA MEVSİM MEYVESİ 240 kcal	HİNDİSTAN CEVİZİ TOPLARI 140 kcal	MOZAİK PASTA 290 kcal	KIYMALI MİLFÖY BÖREK IHLAMUR 255 kcal	TAHİNLİ KURABİYE MEVSİM MEYVESİ 210 kcal
16.03.2026	17.02.2026	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026
ARA TATİL				
23.03.2026	24.03.2026	25.03.2026	26.03.2026	27.03.2026
MEYVE SALATASI 120 kcal	BROWNİE KURABİYE KUŞBURNU 155 kcal	PEYNİRLİ MİNİ POĞAÇA MEVSİM MEYVESİ 240 kcal	KAKAOLU KEK SIKMA PORTAKAL SUYU 340 kcal	ÜZÜMLÜ KURABİYE MEVSİM MEYVESİ 270 kcal
30.03.2026	31.03.2026			
MİNİ AY ÇÖREĞİ IHLAMUR 280 kcal	YAŞ PASTA EV YAPIMI LİMONATA 370 kcal			
Mevsim Meyveleri: Elma, armut, mandalina, portakal, muz, ayva				
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), 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), Filiz Makarna(Merkez/Bolu)