



AYLIK
YEMEK MENÜSÜ
ARALIK 2018

Pazartesi

03 ARALIK 2018
MERCİMEK ÇORBA
ROSTO KÖFTE
PİRİNÇ PİLAVI
SALATA BÜFESİ
TIRAMİSU
YOĞURT

10 ARALIK 2018
EZOGELİN ÇORBA
ETLİ BEZELYE YEMEĞİ
PİRİNÇ PİLAVI
SALATA BÜFESİ
MOZAİK PASTA
YOĞURT

17 ARALIK 2018
TARHANA ÇORBA
KIY.ISPANAK YEMEĞİ
PEY.TEPSİ BÖREĞİ
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

24 ARALIK 2018
YAYLA ÇORBA
SAHAN KÖFTE
KUSKUS
SALATA BÜFESİ
KALBURABASTI
YOĞURT

31 ARALIK 2018
MERCİMEK ÇORBA
DALYAN KÖFTE
ARPA ŞEHRİYE PİLAVI
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

Salı

04 ARALIK 2018
TARHANA ÇORBA
YEŞİL MERCİMEK YEMEĞİ
KIY.TEPSİ BÖREĞİ
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

11 ARALIK 2018
MANTAR ÇORBA
KURU KÖFTE
NAP.SOSLU SPAGETTİ
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

18 ARALIK 2018
EZOGELİN ÇORBA
İZMİR KÖFTE
SPAGETTİ
SALATA BÜFESİ
SÜTLAÇ
YOĞURT

25 ARALIK 2018
MERCİMEK ÇORBA
NOHUT YEMEĞİ
PİRİNÇ PİLAVI
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

Çarşamba

05 ARALIK 2018
DÜĞÜN ÇORBA
KIY.PATATES YEMEĞİ
BULGUR PİLAVI
SALATA BÜFESİ
KADAYIFLI MUHALLEBİ
YOĞURT

12 ARALIK 2018
TEL ŞEH.ÇORBA
NOHUT YEMEĞİ
PİRİNÇ PİLAVI
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

19 ARALIK 2018
DÜĞÜN ÇORBA
KURU FASULYE
PİRİNÇ PİLAVI
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

26 ARALIK 2018
İTALYAN MAKARNA GÜNÜ
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

Perşembe

06 ARALIK 2018
İTALYAN MAKARNA GÜNÜ
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

13 ARALIK 2018
MERCİMEK ÇORBA
BALIK PANE
İSPANAKLI TEPSİ BÖREK
SALATA BÜFESİ
TAHİN HELVA

20 ARALIK 2018
EZOGELİN ÇORBA
MANTI
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

27 ARALIK 2018
YOĞURT ÇORBA
BEGENDİLİ BEYTİ KEBABİ
ERİŞTE
SALATA BÜFESİ
PROFİTEROL
YOĞURT

Cuma

07 ARALIK 2018
MERCİMEK ÇORBA
ET DÖNER
PİRİNÇ PİLAVI
SALATA BÜFESİ
MEYVE
AYRAN

14 ARALIK 2018
YOĞURT ÇORBA
HÜNKAR BEGENDİ
YEŞİL.MER.BULGUR PİL.V.
SALATA BÜFESİ
MEYVE
YOĞURT

21 ARALIK 2018
DOMATES ÇORBA
ET DÖNER
ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI
SALATA BÜFESİ
ŞÖBİYET
AYRAN

28 ARALIK 2018
EZOGELİN ÇORBA
ETLİ TAZE FASULYE YEMEĞİ
ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI
SALATA BÜFESİ
CEVİZLİ BAKLAVA
YOĞURT

Cumartesi

Pazar

Tuğba KESKİN
Aşkur Catering
Gıda Mühendisi

Damla Eda ÖZÇOBAN
Aşkur Catering
Diyetisyen

Erkan KOCAMAN
Aşkur Catering
Kalite Yönetim Müdürü

Afiyet
Olsun...



İlkokul

AYLIK KAHVALTI ve
ARA ÖĞÜN MENÜSÜ

ARALIK 2018

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
03 ARALIK 2018 Beyaz peynir-domates-salatalık- zeytin-helva Çik.muffin	04 ARALIK 2018 Chokella-labne-kaşarlı omllet- salatalık-havuç Peynirli poğaç	05 ARALIK 2018 tereyağ-reçel-karper-domates salatalık Zeytinli poğaç	06 ARALIK 2018 Labne-tahin pekmez-havuç- zeytin-salatalık Elmalı tart	07 ARALIK 2018 Chokella-beyaz peynir-zeytin- salatalık-havuç Sade poğaç		
10 ARALIK 2018 Beyaz peynir-domates-salatalık- zeytin-helva Sade açma	11 ARALIK 2018 Chokella-lkarper kaşarlı omllet- salatalık Kakaolu kek	12 ARALIK 2018 Labne-tahin pekmez-havuç- zeytin-salatalık Peynirli poğaç	13 ARALIK 2018 Tereyağ-bal-lbeyaz peynir ha- vuç-salatalık Sade açma	14 ARALIK 2018 kar per-salatalık-zeytin-tereyağ- reçel Muffin limonlu		
17 ARALIK 2018 Tereyağ-bal-labne-havuç- salatalık Sade poğaç	18 ARALIK 2018 Beyaz peynir-tahin pekmez- havuç-zeytin-salatalık Zeytinli poğaç	19 ARALIK 2018 Haşlanmış yumurta-tereyağ- reçel-karper-domates Limonlu baton kek	20 ARALIK 2018 Beyaz peynir-domates-salatalık- zeytin-helva Kandil simidi	21 ARALIK 2018 Chokella-labne-zeytin-salatalık- havuç sade açma		
24 ARALIK 2018 Beyaz peynir-domates-salatalık- zeytin-helva Kakaolu muffin	25 ARALIK 2018 tahin pekmez-zeytin_havuç- beyaz peynir-salatalık Sade poğaç	26 ARALIK 2018 Tereyağ-bal-labne-domates- salatalık Elmalı tart	27 ARALIK 2018 kaşarlı omllet-labne-zeytin- salatalık-havuç Sade açma	28 ARALIK 2018 kar per-salatalık--tereyağ-reçel Elmalı tart		
31 ARALIK 2018 Tereyağ-bal-labne-havuç- salatalık Peynirli poğaç						

AŞKUR
GROUP
1959'DAN BERİ...

Sayın Velilerimiz;

Büyüme ve gelişmeyle birlikte çocukların öğrenme sürecinin en hızlı ilerlediği anaokulu, ilk ve orta öğretim çağlarında; beslenmenin ne kadar önemli olduğunu hepimiz biliyoruz.

Öğrencilerimizin sağlıklı ve dengeli beslenmesi için en büyük sorumluluğun bizlerde olduğunu da farkındayız. Sizlerden aldığımız bu sorumluluğu yerine getirebilmek için; düzenli bir beslenme programını takip ederek bu program çerçevesinde öğrencilerimizin yaşına, cinsiyetine, fiziksel aktivitelerine uygun menüler düzenliyoruz.

Sağlıklı beslenmenin ön koşulu olarak, menülerde kullandığımız malzeme kalitesinden hiçbir şekilde taviz vermiyoruz. Yemeklerimizi hazırlarken gerekli izinleri alınmış, analiz raporları uygun, toplumda kabul görmüş markaların ürünlerini kullanıyoruz. Aylık menülerimize et, tavuk, balık, sebze ve bakliyat yemeklerini dengeli dağıtıyor, yemeklerimizin yanında günlük süt ve yoğurt desteği sağlıyoruz.

Kalitemizden ödün vermemek, çağımızın hastalığı obezite ile de mücadele edebilmek adına yemeklerimizi gıdaların rengini, tadını, kokusunu ve vitamin değerini koruyan özel Air-o-steam fırınlarda pişiriyoruz.

Okullarımızda sabah beslenmesi, öğle yemeği ve ikindi beslenmesi vererek öğrencilerimizin ihtiyaç duyduğu günlük enerji miktarlarını en güvenilir yoldan almalarını sağlıyoruz.

Yapılan bilimsel çalışmalar göstermektedir ki; sağlıklı ve dengeli beslenen öğrencilerde, yorgunluk, baş ağrısı, aşırı kilo, dikkat eksikliği gibi sorunların görülme sıklığı daha seyrektr. Bu doğrultuda

çocuklarımızın fast-food vb. ürünlere ihtiyaç duymadan günlük ihtiyaçlarını yemekhanemizden karşılayabilmeleri en büyük hedefimiz.
Biz, çocuklarımızı geleceğimiz olarak görüyoruz. Doğru ve dengeli beslenme ilkesiyle yola devam ediyor, sizlerden gelecek önerilere de daima açık olduğumuzu bilmenizi istiyoruz.

"HAYAT SAĞLIKLA GÜZEL!" Koleji Catering Toplu Yemek Yönetimi

Afiyet Olsun...