

HAKİM ÖMER ONSUN İLKOKULU BESLENME MENÜSÜ

GÜNLER



GETİRİLECEK YIYECEK VE İÇEÇEKLER



PAZARTESİ

Börek veya Poğaç



1 Küçük
Boy Elma



SALI

*Peynirli Tost
veya Simit*

Ayran

1 Büyük
Boy Mandalina

ÇARŞAMBA

Çikolatalı, Reçelli
veya Ballı Ekmek



Kuru Üzüm



5 Adet Zeytin

PERŞEMBE

*Patates(Kızartma-
Haşlama-Püre)*

Ayran
veya Yoğurt



1 Orta Boy
Portakal



CUMA

*1 Kibrit Kutusu Peynir
(Ekmek Arası Olabilir)
Ekmek*



1 Orta Boy
Havuç



Not: Beslenme çantası her gün çok iyi bir şekilde yıkanmalıdır. Beslenme çantası, beslenme örtüsü, peçete ve su her gün getirilmelidir. Sebze ve meyveler çok iyi yıkanmalıdır. Öğrencilerin besinleri tüketme durumları izlenmelidir.