|  |
| --- |
| **GERMENCİK HIDIRBEYLİ İLKOKULU** |
| **BESLENME DOSTU OKUL- 2019-KASIM AYI BESLENME LİSTESİ** |
| **PAZARTESİ** | **SALI** | **ÇARŞAMBA** | **PERŞEMBE** | **CUMA** |
| **Evde yapılmış kek veya kurabiye** | **Poğaça** | **Peynirli tost ve ya sandviç** | **Simit** | **Sebzeli Börek, Gözleme veya Poğaça** |
| **Süt** | **Meyve Suyu** | **Ayran** | **Meyve Suyu** | **Ayran veya Meyve suyu** |
| **Kuruyemiş (Fındık- Üzüm- ceviz vb.)** | **Çiğ Sebze(1küçük boy domates veya marul)** | **Kuruyemiş (Fındık- Üzüm- ceviz vb.)** | **5 adet Zeytin, 1 kibrit kutusu Peynir** | **Mevsim Meyvesi (Elma -muz-mandalina-havuç meyvelerinden birisi)** |
|  | **Mevsim Meyvesi (Elma -muz-mandalina-havuç meyvelerinden birisi)** |   | **Domates,Biber** |   |
|  | **Domates,Biber** |   | **Maydanoz** |  |
| **NOT**: Sayın veli; .Hazır yiyecekler  kesinlikle konulmamalı.Çantamızda mutlaka örtü,peçete,kaşık,çatal bulunması gerekmektedir. Kabuksuz kuruyemiş, kuru meyve  konulabilir. Teşekkür ederiz. |
|   |   |  **Nazım ÇAĞIRICI****Okul Müdürü** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  PAZARTESİ | SALI | ÇARŞAMBA | PERŞEMBE | CUMA |
|  Börek AyranCeviz- fındık-badem      |  KekSütMevsim meyvesiCeviz- fındık-badem  |  SandviçAyranMevsim meyvesi  |  ZeytinPeynirsimitSütCeviz- fındık |  Ballı, reçelli, ya da çikolatalı ekmekSütMevsim Meyvesi  |

**GERMENCİK HIDIRBEYLİ İLKOKULU ANA SINIFI ŞUBAT-2019 AYI BESLENME LİSTESİ**

NOT:

Listeyi kaybetmeyiniz ve listeye uymaya çalışınız.

Çocuklarınızın yiyebileceği kadar koyunuz.

Üzerinde yemesi için bir bez koymayı unutmayınız.

Beslenme çantasının her gün boşaltılıp temizlenmesi sağlık açısından oldukça önemlidir.

                                                                                                                         Çiğdem Dilan YARİÇİ

                                                                                                                            Ana Sınıfı Öğretmeni