



Her gün sağlıklı beslenmek istiyorsunuz ama,

- İşten döndüğünüzde yemek pişirmeye hiç gücünüz olmadığında,
- Sömestr tatili sadece çocuklara olduğu için ve siz çalışan anneler çocuklarının öğlen yemeklerinde de sağlıklı bir şeyler yemelerini istediğinizde,
- Canım da ıspanak istiyor ama şimdi 'ıspanağı yıkamak da ölüm' diye düşündüğünüzde,
- Kırk yıldır evinizde severek yemek pişirdiğiniz halde bazen birileri de sizin önünüze sıcak bir çorba koysun diye düşündüğünüzde,
- O akşam evde tek başınıza bir şeyler yemek istemediğinizde,
- Her sabah çocukları okula, eşinizi işe yolladıktan sonra,'bugün ne pişirsem acaba?' diye düşünmekten sıkıldığınızda,
- Sevgili eşinizin, size haber vermeyi unutarak akşam yemeğine misafir çağırdığını öğrendiğinizde,
- Bazen eşiniz yemek hazırlarken, sizden masayı kurmanızı istemesin diye,

Kısaca canınız her istediğinde, öğlen ve/veya akşam yemeğinde arka sayfada detaylı bir şekilde listesi verilen yemekler için, tabi ki isterseniz alakart menüden bir şeyler yemek için, bize yemeğe gelmeye ne dersiniz?

Ayrıca Arıtepe Tesislerinde her Pazar birbirinden lezzetli çeşitleriyle 09:00-12:00 saatlerinde AÇIKBÜFE kahvaltı hizmeti verilmektedir.

Yer: Arı-tepe Tesisleri

Bilgi ve rezervasyon için:Sosyal Tesisler Müdürü Melek Eres 0212 203 04 16 - 0212 203 07 96 -0530 521 41 20

OCAK 2010 YEMEK LİSTESİ

					2.1.2010 CUMARTESİ
					Kremalı mantar çorbası Dalyan köfte Patates püresi Tatlı
4.1.2010 PAZARTESİ	5.1.2010 SALI	6.1.2010 ÇARŞAMBA	7.1.2010 PERŞEMBE	8.1.2010 CUMA	9.1.2010 CUMARTESİ
Tarhana çorbası Kuru fasulye Pirinç pilavı Turşu	Mercimek çorbası Türlü Makarna Salata	Yayla çorbası İzmir köfte Bulgur pilavı Meyve	Un çorbası Ispanak Makarna Yoğurt	Şehriye çorbası Patates musakka Peynirli börek Komposto	Domates çorbası Tavuk sote Pirinç pilavı Cacık
11.1.2010 PAZARTESİ	12.1.2010 SALI	13.1.2010 ÇARŞAMBA	14.1.2010 PERŞEMBE	15.1.2010 CUMA	16.1.2010 CUMARTESİ
Kremalı sebze çorbası Yeşil mercimek Bulgur pilavı Salata	Domates çorbası Patlıcan oturtma Makarna Cacık	Ezogelin çorbası Tavuk baget Pirinç pilavı Meyve	Tarhana çorbası Ispanak Makarna Yoğurt	Tel şehriye çorbası Nohut Pirinç pilavı Salata	Havuç çorbası Sebzeli yahni Bulgur pilavı Krem şokola
18.1.2010 PAZARTESİ	19.1.2010 SALI	20.1.2010 ÇARŞAMBA	21.1.2010 PERŞEMBE	22.1.2010 CUMA	23.1.2010 CUMARTESİ
Mercimek çorbası Kuru fasulye Bulgur pilavı Cacık	Bezelye çorbası Biber dolma Makarna Yoğurt	Yayla çorbası Türlü Pirinç pilavı Tatlı	Sebze çorbası Salçalı köfte Pirinç pilavı Salata	Ezogelin çorbası Etlı bezelye Makarna Meyve	Tavuk çorbası Sebzeli tavuk yahni Pilav Meyve
25.1.2010 PAZARTESİ	26.1.2010 SALI	27.1.2010 ÇARŞAMBA	28.1.2010 PERŞEMBE	29.1.2010 CUMA	30.1.2010 CUMARTESİ
Şehriye çorbası Etlı barbunya Bulgur pilavı Meyve	Mercimek çorbası Kabak dolma Makarna Yoğurt	Yoğurt çorbası Kapuska Patatesli börek Salata	Ezogelin çorbası Et sote Pirinç pilavı Meyve	Domates çorbası Türlü Makarna Cacık	Mısır çorbası Balık Salata Tatlı

*** Zorunlu durumlarda menü planında değişikliğe gidilebilir. Afiyet olsun.**

ASK