

**ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mustafa ATILAN

GIDA MÜHENDİSLİĞİ ANABİLİM DALI

ADANA, 2008

ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**ADANA'DA TOPLU BESLENME YAPILAN BAZI KURUMLARIN
MENÜLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ VE
TÜKETİCİ GÖRÜŞLERİNİN BELİRLENMESİ**

Mustafa ATILAN
YÜKSEK LİSANS TEZİ
GIDA MÜHENDİSLİĞİ ANABİLİM DALI

**Bu tez 03 / 01 / 2008 Tarihinde Aşağıdaki Jüri Üyeleri Tarafından Oybirliği İle
Kabul Edilmiştir.**

İmza	İmza	İmza
Prof.Dr. Cahide YAĞMUR	Prof.Dr. Hasan FENERCİOĞLU	Prof.Dr. Yasemin BEYHAN
DANIŞMAN	ÜYE	ÜYE

Bu tez Enstitümüz Gıda Mühendisliği Anabilim Dalında hazırlanmıştır.

Kod No :

Prof. Dr. Aziz ERTUNÇ
Enstitü Müdürü

**Bu çalışma Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi
Tarafından Desteklenmiştir.**

Proje No: FBE ZF 2006YL 67

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların
kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunundaki hükümlere
tabidir

ÖZ
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ADANA'DA TOPLU BESLENME YAPILAN BAZI KURUMLARIN
MENÜLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ VE
TÜKETİCİ GÖRÜŞLERİNİN BELİRLENMESİ**

Mustafa ATILAN

ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
GIDA MÜHENDİSLİĞİ ANABİLİM DALI

Danışman : Prof.Dr. Cahide YAĞMUR
Yıl : 2007, Sayfa: 99
Jüri : Prof.Dr. Cahide YAĞMUR
Prof. Dr. Hasan FENERCİOĞLU
Prof. Dr. Yasemin BEYHAN

Adana Bölgesinde bulunan ve toplu beslenme hizmetinin farklı yemek fabrikaları tarafından verildiği 6 kurumun (tekstil fabrikası) yemekhanelerinde yürütülen bu çalışmada; menüler farklı mevsimlere ait birer aylık olmak üzere 4 kez toplanmış; öğlen yemeği menülerinin enerji ve besin öğeleri hesaplanmış, bireylerin gereksinim durumlarına uygunluk durumu incelenmiştir. Menüler, ayrıca menü denetim listesi ile araştırmacı tarafından değerlendirilmiştir. Bu kurumlarda çalışanlar arasından tabakalı rastgele örnekleme yoluyla seçilen bireylere tüketici eğilimlerini ve görüşlerini belirlemek üzere anket uygulanmıştır. Araştırma yapılan tekstil firmalarında çalışanlar orta dereceli fiziksel aktiviteye sahip olup, yaş ortalaması olarak erkeklerde 33.2 ± 7.2 , kadınlarda 34.3 ± 7.7 'dir. Beden kitle indeksi ortalama değerleri ise erkeklerde 26.9 ± 2.5 , kadınlarda 24.9 ± 2.4 olup erkeklerin hafif şişman gruba girdikleri, kadınların ise normalin üst sınırında oldukları belirlenmiştir. Kurumlarda uygulanan menülerin sağladığı ortalama enerji miktarı 1277.14 ± 98.4 Kal. olarak belirlenmiştir. Menülerden sağlanan enerjinin %46.94'ü karbohidrattan, %12.29'u proteinden, %40.77'si yağdan sağlanmaktadır. Menülerin sağladığı ortalama enerjinin gereksinimlerine göre erkeklerde ekmeksiz olursa %1.77 eksik olduğu, ekme eklenildiğinde ise %26,77 fazla olduğu, kadınlarda menülerin sağladığı ortalama enerjinin önerilene göre fazla olduğu belirlenmiştir. Kalsiyumun ise menülerde önerilenden eksik olduğu saptanmıştır. Menülerin enerjisinin yağdan gelen oranı % 20-25 olması gerekirken bu çalışmada yaklaşık iki katı (%40.77) olduğu belirlenmiştir. Tüketici görüşleri değerlendirildiğinde ise %95.2'sinin enerji ve besin öğeleri gereksinimlerini karşıladığını düşündükleri saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Menü Planlama, Toplu Beslenme Sistemleri, Menü Denetim Listesi, Menü Planlama İlkeleri, Yemek Tercihleri

ABSTRACT

MSc THESIS

EVALUATION OF MENUS AND DETERMINATION OF CONSUMERS' THOUGHTS IN INSTITUTIONS APPLYING MASS CATERING SERVICES IN ADANA

Mustafa ATILAN

DEPARTMENT OF FOOD ENGINEERING
INSTITUTE OF NATURAL AND APPLIED SCIENCES
UNIVERSITY OF ÇUKUROVA

Supervisor : Prof.Dr. Cahide YAĞMUR
Year : 2007 Pages: 99
Jury : Prof.Dr. Cahide YAĞMUR
Prof. Dr. Hasan FENERCİOĞLU
Prof. Dr. Yasemin BEYHAN

In this study which carried by various catering companies that are located in Adana at 6 textile institutions, the menus of different seasons were collected 4 times monthly; the energy and nutrients of menus were calculated and their suitability to individuals' requirements were examined. The menus were also evaluated with an evaluation list. The questionnaires were applied to individuals chosen by stratified random sampling among the working personnel in these companies to determine consumers' inclinations and thoughts. The people working in textile firms which study was made have moderate-intensity physical activities; working men were 33.2 ± 7.2 , women were 34.3 ± 7.7 ages; when classified according to body mass index, the results were in men 26.9 ± 2.5 , in women 24.9 ± 2.4 showing that men were in overweight group. In all institutions the average of energy and nutrient of menus were determined as 1277.14 ± 98.4 cal. Individuals met their energy from 46.94% carbohydrate, 12.29% protein and 40.77% fat. The average energy of menus was found 1,77% defective without bread and 26,77% excess with bread in men, and was found higher than required amounts of components in women. It was determined that individuals met their energy requirements but didn't meet their calcium requirement. While the proposed amount of fat is 20-25% for energy requirement, this was found twice as normal amount (40,77%) in this study. The rate of energy from fat was very high according to requirements. 95.2% of consumers thought that menus met their energy and nutrient requirements.

Key Words : Menu Planning, Food Service, Menu Check-List, Menu Planning Criteria, Meal Preferences

TEŞEKKÜR

Bu konuda bana çalışma olanağı sağlayan, tez çalışmamın planlaması, yürütülmesi, değerlendirilmesi ve yazımı aşamalarında yol gösteren ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen Danışman Hocam Prof. Dr. Cahide YAĞMUR'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Bu çalışmanın yürütülebilmesine olanak sağlayan tekstil sektöründe hizmet veren kuruluşların idarecilerine ve yardımlarını esirgemeyen personeline, maddi ve manevi desteklerinden dolayı Ç.Ü. Bilimsel Araştırma Projesi Birimine ve Ç.Ü. Fen Bilimleri Enstitüsüne, araştırmamın istatistiksel değerlendirmelerinin yapılmasında özverili bir şekilde yardımlarını sunan arkadaşım Arş. Gör. Adnan BOZDOĞAN'a, çalışmalarım sırasında kıymetli yardım ve katkılarını aldığım arkadaşlarım Yrd. Doç. Dr. Osman KOLA ve Arş. Gör. Bülent ZORLUGENÇ'e, ilgi, sabır ve manevi desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen aileme teşekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

ÖZ.....	I
ABSTRACT	II
TEŞEKKÜR.....	III
İÇİNDEKİLER.....	IV
ÇİZELGELER DİZİ.....	VI
1. GİRİŞ	1
2.ÖNCEKİ ÇALIŞMALAR.....	4
2. 1. Menü ve Menü Planlamayı Etkileyen Etmenler	4
2.1.1. Menü ve Menü Planlama	4
2.2. Menü Çeşitleri	5
2.3. Menü Planlamayı Etkileyen Etmenler	7
2.3.1. Tüketici ya da Müşteriye Ait Etmenler	7
2.3.1.1. Besin Gereksinmesi	7
2.3.1.2. Beslenme Alışkanlıkları ve Yemek Tercihleri	9
2.3.2. Beslenme Servisi Örgütüne Ait Etmenler	11
2.3.2.1. Beslenme Servisi Örgütünün Şekli ve Amacı	11
2.3.2.2. Bütçe.....	11
2.3.2.3. Piyasa	12
2.3.2.4. Fiziksel Olanaklar ve Araç-Gereçler	12
2.3.2.5. Servis Şekli	13
2.3.2.6. Personel.....	14
2.4. Menü Planlama İlkeleri	14
2.5. Menü Planlanırken Yararlanılacak Kaynaklar	16
2.6. Menülerin Kalite Kontrolü ve Menü Denetimi	19
2.7. Toplu Beslenme Hizmeti Verilen Kurumlarda Yemek Hazırlamada Sağlık ve Temizlik Kuralları	20
3. MATERYAL VE METOD	22
3.1 Materyal.....	22
3.2 Metod	22

3.3. İstatistiksel Değerlendirme	24
4. ARAŞTIRMA BULGULARI VE TARTIŞMA.....	25
4.1. Kurumlara Toplu Beslenme Hizmeti Veren Yemek Fabrikalarının Genel Özellikleri	25
4.2. Araştırmaya Alınan Kurumlarda Toplu Beslenme Hizmetleri.....	27
4.3. Kurumlarda Menü Planlamada Sorumlu Kişiler veya Birimler, Düzenlemede Göz Önüne Aldıkları Faktörler ve Karşılaştıkları Güçlükler ...	28
4.4. Kurumların Menülerinin Günlük Menü Denetim Listesi İle Değerlendirilmesi.....	31
4.5. Kurumların Menülerinin Genel Menü Denetim Listesi ile Değerlendirilmesi.....	33
4.6. Kurumlarda Farklı Mevsimlerde Uygulanan Menülerin Ortalama Olarak Enerji ve Besin Öğeleri İçerikleri ile Bireylerin Gereksinimlerine Uygunluk Durumu	35
4.7. Araştırmaya Alınan Kurumlardaki Bireylerin Genel Özellikleri	42
4.8. Kurumlarda Çalışan Bireylerin Yemek Çeşitlerini Tercih Durumları.....	45
4.9. Kurumlarda Tercih Edilmediği Belirlenen Yiyecek Çeşitlerinin Menülerde Aylara Göre Verilme Sıklığı.....	46
4.10. Araştırmaya Alınan Bireylerin Kurum Menüsündeki Yemeklerin Maliyeti Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı.....	54
4.11. Araştırmaya Alınan Kurumlarda Uygulanan Menülerin Tüketiciler Tarafından Değerlendirilmesi	56
5. SONUÇ VE ÖNERİLER	61
5.1.Sonuçlar;.....	61
5.2. Öneriler;.....	66
KAYNAKLAR.....	68
ÖZGEÇMİŞ	73
EKLER.....	74

ÇİZELGELER DİZİNİ

Sayfa No

Çizelge 2.1. Yemek Grupları.....	17
Çizelge 2.2. Taze Sebze ve Meyvelerin Bol Bulunduğu Aylar.....	18
Çizelge 3.1. Kurumlara Göre Yemek Yiyen ve Ankete Alınan Kişi Sayısı.....	22
Çizelge 4.1. Araştırmaya Alınan Kurumlara Toplu Beslenme Hizmeti Veren Yemek Fabrikalarının Özellikleri.....	26
Çizelge 4.2. Kurumlarda Menü Planlamasından Sorumlu Kişiler veya Birimler, Planlamada Göz Önüne Aldıklarını Belirttikleri Faktörler ve Karşılaştıkları Güçlükler.....	29
Çizelge 4.3. Kurumların Menülerinin Günlük Menü Denetim Listesi ile Değerlendirilmesi.....	31
Çizelge 4.4. Menülerin Genel Menü Denetim Listesi İle Değerlendirilmesi.....	33
Çizelge 4.5. Kurumların Menülerinin Sağladığı Ortalama Enerji ve Besin Öğeleri Miktarları.....	36
Çizelge 4.6. Kurumlarda Uygulanan Menülerin Ortalama Olarak Enerji ve Besin Öğeleri Miktarları (g) ve Enerjinin Karbonhidrat, Protein ve Yağdan Gelen % Oranları.....	37
Çizelge 4.7. Tekstil Sektöründe Hizmet Veren Kurumlarda Uygulanan Menülerin Sağladığı Ortalama Enerji ve Besin Öğeleri Miktarları (Ekmeksiz ve Ekmek Eklendiğinde) ile Orta Dereceli Fiziksel Aktiviteye Sahip Bireylere Öğle Öğünü İçin Önerilen Gereksinim Miktarları	37
Çizelge 4.8. Kurumlarda Anket Uygulanan Bireylerin Genel Özellikleri	44
Çizelge 4.9. Araştırmaya Alınan Bireylerin Öğrenim Durumlarına Göre Dağılımları.....	45
Çizelge 4.10. Kurumlarda Çalışan Bireylerin Yemek Çeşitlerini Tercih Durumları.....	47
Çizelge 4.11. Kurumlarda Tercih Edilmediği Belirlenen Yiyecek Çeşitlerinin Menülerde Aylara Göre Verilme Sıklığı.....	48

Çizelge 4.12. Genel Olarak Kurumlarda Anket Uygulanan Bireylerin Menülerdeki I. Grup Yemeklerin Verilme Sıklığı Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı.....	50
Çizelge 4.13. Genel Olarak Kurumlarda Anket Uygulanan Bireylerin Menülerde II. Grup Yemeklerin Verilme Sıklığı Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı.....	51
Çizelge 4.14. Genel Olarak Kurumlarda Anket Uygulanan Bireylerin Menülerde III. Grup Yemeklerin Verilme Sıklığı Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı.....	52
Çizelge 4.15. Tüketicilerin Cinsiyetlerine Göre Kurumdaki Menülerde Yemeklerin Verilme Sıklığı Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı.....	55
Çizelge 4.16. Bireylerin Cinsiyete Göre Kurum Menüsündeki Yemeklerin Maliyeti Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı.....	56
Çizelge 4.17. Kurumda Sunulan Menülerin Tüketiciler Tarafından Sübjektif Yönden Değerlendirme Sonuçları (% Olarak)	57
Çizelge 4.18. Araştırmaya Alınan Tüketicilerin Kurumlarındaki Menüleri Enerji ve Besin Öğeleri Gereksinimlerini Karşılama Konusundaki Görüşlerin Dağılımı	58
Çizelge 4.19. Tüketicilerin Kurum Menüsünün Ne Yönden Yetersiz Olduğuna Dair Görüşlerinin Dağılımı.....	58
Çizelge 4.20. Araştırmaya Alınan Tüketicilerin Kurum Yemekhanesinde Yemek Yeme Sıklıkları	59
Çizelge 4.21. Kurumlardaki Tüketicilerin Kurum Yemekhanesinde Yemek Yememe Nedenleri.....	60

1. GİRİŞ

Toplu Beslenme Sistemi (TBS), son yıllardaki teknolojik gelişmeler, tarım toplumundan sanayi toplumuna geçiş ve kent yaşamının getirdiği ekonomik, sosyal ve kültürel değişimlerin sonucu olarak günümüz yaşantısının önemli bir parçası haline gelmiştir. Kentleşme hızının yüksekliği çalışanların sayısının artması ve yerleşim alanlarının genişlemesi toplu beslenme hizmeti veren sektörlerin sayısı ve niteliğinde önemli ve hızlı değişimler oluşturmuştur (Acımiş, 1996).

Toplu beslenme; ev dışında ve çok sayıda kişiye çalıştıkları, yaşadıkları veya kaldıkları yerlerde dışarıya çıkmadan yiyecek ve içecek ihtiyaçlarının istenilir bir şekilde hazırlanarak sunulması olarak tanımlanmaktadır. Toplu beslenme yapan yerler, belirli bir kitlenin beslenme sorunlarını bir merkezden programlayan ve yöneten kuruluşlardır. İnsanların toplu olarak bir arada bulunduğu ve toplu beslendiği yerler; hastaneler, okullar, üniversiteler, huzurevleri, hapishaneler, ordu, oteller, işyerleri, lokantalar ve fabrikalar gibi kuruluşlardır (Birer, 1985; Gülegül ve Ark., 2003).

Önceleri ülkemizde tahminen genel nüfusun %10-15'inin toplu beslenme hizmetlerinden yararlandığı düşünülmekteydi. Son nüfus sayımı verilerine göre çalışan nüfusun Türkiye genelinde %41'e ulaşması bu oranın %64'ünü erkeklerin, %36'sını kadınların oluşturması nedeniyle genel nüfusun toplu beslenme kapsamına giren kısmının %10-15'lerin çok üzerine çıktığı söylenebilir. (Anon,1993; Beyhan ve Ciğerim,1995).

Toplu beslenme hizmetleri; menülerin planlanması, gerekli her türlü yiyecek ve içecek türleri, miktarları ve ilgili her türlü araç-gerecin saptanması, satın alınması, depolanması, hazırlanması, pişirilmesi, servisi, çöp ve artıkların kaldırılması ve bulaşıkların yıkanması, hijyen-sanitasyon ve iş güvenliğinin sağlanması, personel yönetimi, maliyet kontrolü ve büro işleri gibi konuları kapsayan bir hizmetler bütünüdür. Bu hizmetlerin sağlıklı olarak gerçekleştirilebilmesi ise bazı koşulların sağlanması ile mümkündür. Bu koşullardan birisi mutfak ve yemekhane planlamasının uygun yapılmasıdır (Kızıltan,1998). Toplu beslenme yapılan kuruluşlarda mutfak ve yemekhane planlaması, işlerin beklenen kalitede ve hızda yürütülebilmesinde büyük önem taşır. Mutfak ve

yemekhanenin arzu edilen fiziksel özellikleri ve konumu kurumun tipine göre değişir. Bir kurumda servis ve mutfak alanının gerektiğinden büyük veya küçük olması kurumun iyi veya kötü çalışmasını etkiler (Birer, 1985; Kızıltan, 1998). Bu hizmetlerin sağlıklı olarak gerçekleştirilebilmesi için diğer koşullar, hizmetin kime verileceği (okul, hastane, fabrika vb), ne şekilde servis yapılacağı (tabldot tepsilerinde, porselen tabaklarda vs.), kullanılacak araç gereç durumunun uygunluğu, bu iş için ne kadar bütçenin ayrıldığıdır. Hizmetin sağlıklı olarak gerçekleştirilmesinde diğer önemli bir koşul da menü planlamasının uygun bir şekilde yapılmasıdır.

Menü planlama, bir yiyecek içecek tesisinin hangi yiyecek ve içecekleri üretip ne şekilde pazarlayacağını belirlemek için gerekli hareketlerin sürecidir (Çetinkaya, 1996). Menüler toplu beslenme hizmetlerinin temelini oluşturmaktadır. Menü planlaması bugün yiyecek-içecek endüstrisinin en önemli konularından biridir. Ancak bu konunun önemi işletme sahip ve yöneticileri tarafından yeterince anlaşılamamıştır. İşletmenin amaç ve hedeflerine ulaşp ulaşamayacağı ya da müşterilerin tatmin olup olmayacağı gibi konular ihmal edilmektedir (Lattin, G., W., 1985).

Menü planlamada temel amaç, insanların günlük enerji ve besin öğeleri gereksinimlerini karşılamaktır. Ancak bu gereksinimi karşılarken kişilerin beslenme alışkanlıkları, kuruluşun bütçesi, mutfak araç-gereçleri, personelin nitelik ve nicelik yönünden durumu, servis tipi, iklim ve mevsimler, bölgenin coğrafik durumu gibi birçok etmen de göz önünde bulundurulmalıdır. Tüm bu faktörler düşünülerek planlanan menüler tüketicileri mutlu ve huzurlu kılar, motive eder, psikolojik ve sosyal yönden doyum sağlar, yönetimi başarılı kılar, iş verimini ve üretim hızını artırır (Ciğerim ve Beyhan, 1994; Beyhan ve Ciğerim,1995).

Bu araştırmanın amacı ;

1. Adana'da benzer iş kolunda yer alan (tekstil alanında) farklı 6 kurumda toplu beslenme hizmeti veren yemek fabrikalarının sunduğu menüleri incelemek ve bu kurumlarda verilen öğle yemeğine ait menülerin sağladığı enerji ve besin öğeleri miktarını belirleyerek tüketicilerin gereksinimlerine uygunluk durumunu incelemektir.

2. Menü denetim listesi ile menülerin subjektif yönden (tat çeşitliği, renk kombinasyonu, kıvam, örüntü) ve kurumsal beslenme servisi örgütü (KBSÖ) yönünden (mevsimsel faktörler, araç gereç uyumu, personelin iş yükü uygunluğu, servis edilme yöntemleri) değerlendirmesini puanlama yöntemiyle yapmak ve uygunluk durumunu incelemektir.
3. Bu kurumlarda çalışan tüketicilerin menü planlama konusundaki görüşlerini ve yiyecek tercihlerini belirlemek ve elde edilen verilere dayalı öneriler getirmektir.

2.ÖNCEKİ ÇALIŞMALAR

2. 1. Menü ve Menü Planlamayı Etkileyen Etmenler

2.1.1. Menü ve Menü Planlama

Menü, Latince’de “Minutus” sözcüğünden türemiştir ve bu sözcük Latince’de “küçük, az” anlamına gelmektedir. Dilimizde kullanılan mini, minör, minimum sözcükleri de “Minutus”dan türetilmiş ve Fransızca’dan dilimize geçmiştir (Anon., 1978). Türk Dil Kurumu Sözlüğüne göre Menü; “Yenecek yemeklerin listesi”, “Sofraya çıkarılacak yemeklerin hepsi” olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2007).

“Menü” kısaca bir Beslenme Servisi Örgütünde (BSÖ) servis edilen yemeklerin listesi olarak tanımlanır. Tüketici/müşteri ile beslenme servisi örgütü arasındaki iletişimi sağlayan önemli bir araçtır. Menüler toplu beslenme hizmetlerinin temelini oluşturur. Toplu beslenme sisteminin başarısı menüler ve menüde yer alan yemeklerle yakından ilgilidir. Bu nedenle menü planlama işi birçok etmenin göz önünde bulundurularak yapılması gereken önemli ve ayrı bir ihtisas işidir.

“Menü Planlama”; besinler hakkında geniş bir bilgi ve onların temel hazırlama ve servis yapma metotlarının yanı sıra, besin kombinasyonlarının besleyici değerlerinin bilinmesini gerektiren bir sanat ve bilim dalıdır. Menü planlama, bir yiyecek içecek tesisinin hangi yiyecek ve içecekleri üretip ne şekilde pazarlayacağını sağlamak için gerekli hareketlerin sürecidir (Çetinkaya, 1996).

Uygun bir menü planlama:

Tüketiciyi/müşteriyi tatmin eder; çalışan personelin motivasyonunu ve personel arasında dengeli görev dağılımını sağlar; maliyet kontrolünü kolaylaştırır; satın alma işlemine yardımcı olur; personel, araç-gereç ve yiyecek gereksinimlerini belirler ve yönetimi başarılı kılar, (Ciğirim ve Beyhan,1994; Beyhan ve Ciğirim,1995).

Menü planlama, ailenin veya bir gurubun günlük gereksinmesi olan besinleri alma şeklini gösterir. Yeterli ve dengeli beslenmeyi sağlamak, besinlerin besin değerlerinin kaybını, sağlığa zararlı duruma gelmesini ve artıklar yoluyla besin savurganlığının önlenmesi için ailenin veya gurubun günlük beslenmesinin

planlanması zorunludur. Menüdeki yemekler insanların yağ, karbonhidrat, protein, mineral maddeler ve vitamin ihtiyacını karşılamalıdır. Menüde aynı gruptan besinleri içeren yemekler birarada bulunmamalıdır. Aynı grup besinlerden oluşan menüler karın doyururlar ancak dengeli beslenme sağlamazlar.

İşletmeler menülerini hazırlarken bireylerin günlük alması gereken besin grubu miktarlarını da göz önünde bulundurmalarıdır. Çünkü dengeli beslenme konusunda gün geçtikçe bilinçlenen bireyler hem yaşam tarzlarına uygun sağlıklı ürünler hem de günlük alması gerek enerji ve besin öğelerini içeren ürünlerle ilgilenmektedir. Bu konu ile ilgili yiyecek içecek işletmelerinde seçici davranmaktadırlar (Ganem,B.,C., 1990).

Bu amaca uygun menü planlayabilmek için; beslenecek gurubun besin gereksinimleri, besinlerin hazırlanmasındaki sağlık ve temizlik kuralları, besinlerin satın alınması için ayrılan paranın kullanılması, besin alımını etkileyen etmenler, menü planlama ve hazırlamada kullanılan ölçüler, menü düzenleme, yemek tarifleri, mutfak araç ve gereçleri, servis yöntemlerinin bilinmesi gereklidir (Bulduk, 1993; Köknel, 1970; Baysal, 1989).

Altı grupta (proteinler, yağlar, karbonhidratlar, madenler, vitaminler, su) incelediğimiz besin öğelerinin bir ya da birkaçının eksikliği bireyde değişik fonksiyon bozukluklarına yol açarken dolaylı olarak bireyin sosyal ve ekonomik yaşamını da etkilemektedir. (Bayrı,1947; Köknel,1970; Krause ve Mahan,1979; Sencer,1987; Tezcan,1987; Baysal,1989).

2.2. Menü Çeşitleri

Çok farklı amaçlarla menü hazırlanabilmektedir. Genel olarak menüleri dört ana başlık altında gruplandırmak mümkündür (Bolat,1995);

A) Sunma şekli ve fiyat yapısı açısından menüler:

Tabldot Menüler : Menüde bulunan tüm yiyeceklerin birlikte gruplandırıldığı ve değişmez tek bir fiyatın uygulandığı menülerdir.

Alakart Menüler : Menüde yiyecek ve içecekler ayrı ayrı listelenmiştir ve buna göre de farklı fiyat listesi oluşturulmuştur. Müşteriler istediklerini seçme hakkına sahiptirler.

B) Değişirme sıklığı açısından menüler,

Sabit Menüler : Adından da anlaşıldığı gibi değişmeyen menülerdir. Restoranlarda, lokantalarda ve fast-food tarzı olan yerlerde kullanılır.

Devirli Menüler : Her gün değişen menülerdir. Kurumsal işletmelerde 24 veya 29 günlük yapıp uygulanır ancak sezonluk değiştirilebilir.

C) Yemek öğünleri açısından menüler

Kahvaltı Menüleri : Fiyatları düşük ve hızlı servis yapılması için sınırlı tutulan menülerdir. Örn. bal, reçel, peynir, zeytin vs. Açık büfe kahvaltılarda sınırlar daha geniştir.

Öğle Menüsü : Genelde tabldot veya alakart menülerden oluşur. Zaman kısıtlaması varsa servisi kolay olan yemekler tercih edilir.

Brunch : Breakfast ve lunch kelimelerinin birleşmesinden oluşmuştur ve brunch menüsü iki menüyü de kapsar.

Akşam Menüsü : Zaman kısıtlamasının olmadığı ve yemek çeşidinin bol olduğu görülmektedir. Yine alakart ve tabldot menüler uygulanmaktadır.

D) Özel menüler.

Çocuk Menüsü : Çocukların beslenme gereksinimlerine göre hazırlanan menülerdir. Porsiyon ve şekilleri buna göre hazırlanmalıdır.

Alkollü İçecekler Menüsü : İçkili restoranlarda ve turizm sektöründe genelde uygulanmaktadır.

Tatlı Menüsü : İşletmenin cinsine ve büyüklüğüne göre tatlı çeşitleri değişir.

Oda Servisi Menüsü : Otellerde kullanılan hazırlaması ve servisi kolay menülerdir.

Özel Mutfak Menüsü : Belli bir ülkeye veya yöreye uygun hazırlanan menülerdir. Örn. Fransız mutfacı veya Akdeniz yöresi gibi.

Ziyafet Menüleri : Ziyafetin çeşidine göre değişen menülerdir. Düğün menüsü, kokteyl vb.

Günümüzde, genellikle toplu beslenme yapılan işletmelerde kullanılan Tabldot Menüler; menüde bulunan tüm yiyeceklerin birlikte gruplandırıldığı ve değişmez tek bir fiyatın uygulandığı menülerdir (Ninemeier, 1990). Tabldot menünün en belirgin özellikleri; sınırlanmış bir menü olması, sınırlı sayıda yiyecek bölümlerinden oluşması, her bölümden sınırlı bir seçme olanağının olması, sabit bir

satış fiyatının olması, servise sunulduğu anda ya da sipariş anında hazır durumda olmasıdır.

2.3. Menü Planlamayı Etkileyen Etmenler

Menülerin planlanması ve hazırlanmasını etkileyen etmenleri; tüketici ya da müşteri'ye ait etmenler (besin gereksinmesi; beslenme alışkanlıkları ve yemek tercihleri); beslenme servisi örgütüne ait etmenler (beslenme servisi örgütünün şekli ve amacı; bütçe; piyasa; fiziksel olanaklar ve araç-gereçler; servis şekli; personel) olmak üzere başlıca iki grup altında toplanmak mümkündür.

2.3.1. Tüketici ya da Müşteriye Ait Etmenler

2.3.1.1. Besin Gereksinmesi

İşletmeler menülerini hazırlarken vücudun günlük alması gereken besin grubu miktarlarını da göz önünde bulundurmalarıdır, çünkü dengeli beslenme konusunda gün geçtikçe bilinçlenen bireyler hem yaşam tarzlarına uygun sağlıklı ürünler hem de diyet özelliklerine sahip ürünlerle ilgilenmektedir. Bu konu hakkında gitmiş oldukları yiyecek içecek işletmelerinde seçici davranmaktadırlar (Ganem,B. C., 1990).

Enerji sağlayan, hücrelerin gelişmesi ve yenilenmesini, vücudun fonksiyon ve yapısını regüle eden altı ana besin maddesi bulunmaktadır. Bu besin maddeleri ve üstlendikleri görevler şunlardır:

- Proteinler: Hücrelerin gelişmesi ve yenilenmesi için gereklidir.
- Karbonhidratlar: Vücudun gerektiği biçimde çalışmasını sağlayacak enerjiyi sağlarlar.
- Yağlar: Diğer bir enerji kaynağıdır.
- Su: Yetişkin bir insanın vücudunun yaklaşık %60'ı bir çocuğun vücudunun ise yaklaşık %70'i sudan oluşmaktadır. Bir insan yemek yemeden uzun bir süre yaşayabilirse de, susuz yaşayamaz.
- Vitaminler: Vücudun fonksiyon ve yapısını regule ederler.
- Ve minerallerdir.

Enerji harcaması dinlenme veya bazal metabolizma, fiziksel çalışmalar, yiyeceklerin termik etkisi veya özgül dinamik etki için harcanan enerji olmak üzere üç grupta toplanabilir. Metabolik hızı etkileyen etmenler; yaş ve cinsiyet, vücudun cüssesi ve bileşimi, gebelik durumu, endokrin sisteminin özellikleri, ateşli hastalıklar, kas tonu, ağır fiziksel hareketler, diyetin bileşimi, uyku durumu, uzun süreli açlık veya yarı açlık durumu, menstruasyon siklusu vb. (Baysal, 2002). Fiziksel aktivite için harcanan enerjiyi etkileyenlerin en önemlisi yapılan işin türü ve süresidir. Yetişkin bir bireyin günlük enerji ve besin öğeleri gereksiniminin sabah 1/5' i öğle 2/5'i akşam ise 2/5'i karşılanmalıdır. Bir günde üç öğün yemek verilen kuruluşlarda beslenmesi yapılan grubun enerji ve besin öğeleri gereksiniminin tümü, tek öğün yemek veren kuruluşlarda ise gereksinimin 2/5'i; yemek yiyen kesim işçi grubu ise gereksinimin en az yarısı kuruluş tarafından karşılanmalıdır. Beslenme alışkanlıklarımız dikkate alınarak, günlük enerji ve besin gereksinimi belirli miktarlarda, üç öğün arasında bölünüp iş yerinde bir öğüne düşen enerji ve besinlerin karşılanmasına önem verilmelidir (Baysal, 2002; Beyhan ve Cığırım,1995). Orta dereceli fiziksel aktivite yapan bir bireyin bir öğün için önerilen miktarları erkeklerde 1300 Kal., kadınlarda 1100 Kal.'dir. İşçilerin yeterli ve dengeli beslenmesi için işçilerin beslenmesini iki yönden ele almak gerekir. Birincisi işçinin iş yerinde beslenmesi, ikincisi de işyeri dışındaki beslenmesidir (Baysal, 2002).

Yetersiz ve dengesiz beslenme, işçinin üretim hızını düşürür. İşin gerektirdiği enerjiyi sağlayacak besinler alınmadığı zaman, enerji harcaması kısıtlandığından, üretim için gerekli fiziksel güç azalır. Enerji yanında, protein, vitaminler ve minerallerin yetersiz alınması, vücutta enerji oluşumunu engelleyip, hastalıklara direnci azaltacağından, işe devamsızlık oranı yükselir. Ayrıca, enerji ve besin öğeleri yetersizliği, işçinin ilgi ve dikkatini de olumsuz yönde etkilediğinden, iş kazaları ve meslek hastalıkları oranı yükselir. Bütün bunların sonucu olarak, üretim hızı düşer ve sağlık harcamaları artar. Beslenme ile üretim hızı arasındaki bu ilişkiler, dünyanın birçok yerinde yapılan bilimsel araştırmalarda ortaya koymuştur (Berg, 1973).

2.3.1.2. Beslenme Alışkanlıkları ve Yemek Tercihleri

Bireyin beslenme alışkanlığı ailenin etkisiyle küçük yaşlarda başlar ve birçok etmen de bu alışkanlığı pekiştirir. Bu etmenler:

Biyolojik, Fizyolojik ve Psikolojik Etmenler: Yemek seçiminde, bireyin kendine özgü alışkanlıklarının önemi çok büyüktür. Yeme alışkanlığı ve yemek tercihleri kişinin yaş, cinsiyet, eğitim, kültürel yapısı, sağlık durumu ve psikolojik yapısı gibi durumlara göre değişiklik gösterir. Kişinin içinde bulunduğu ruh durumu, sevinçli yada üzüntülü olması yiyecek tercihinin etkilemektedir. Bu etki bazen aşırı yeme, bazen ise iştahsızlık olarak sonuçlanmaktadır. Kişinin sağlık problemleri de yemek tercihlerini etkilemektedir. Tansiyon hastası veya şeker hastası olması, bazı gıdalara karşı alerjisi olması ve daha önce bazı gıdalarla yaşadığı kötü tecrübelerde tercihlerini olumsuz olarak etkilemektedir.

Dış Etmenler: çevre, reklamlar, mevsimsel değişiklikler, eğitim vb. dış etmenler bireyin beslenme alışkanlığı ve yemek tercihlerini yönlendirir. Örneğin soğuk havalarda sıcak yemekler (Çorba) tercih edilirken, sıcak havalarda soğuk yemekler (Zeytinyağlı) tercih edilmektedir. Yiyecek içecek işletmelerinin bir çoğu özellikle restoranlarda kendilerine ait özel menüyü tanıtmak için reklama önem vermektedirler. Buda işletmenin devamlılığını ve müşteri potansiyelinin artmasını sağlar. Mevsim değişikliğinden en fazla etkilenen yiyecekler meyve ve sebzelerdir. Mevsimsel özellikler dikkate alınarak hangi mevsimde hangi meyve ve sebzelerin bulunduğu dikkate alınmalıdır. Bu unsurlar yemeğin lezzetini, görünüşünü ve maliyetini etkiler. Çünkü mevsiminde olan meyve ve sebzeler hem ucuz, hem lezzetli hem de görünüşü güzeldir. (Beyhan ve Cigirim,1995)

Ekonomik Etmenler: Beslenme alışkanlıkları , ailelerin ve kurumların sosyo- ekonomik düzeylerine göre farklılaşmaktadır. Yani gelir arttıkça , gıda tüketim düzeyi yükselmektedir.örneğin ülke çapında yapılan bir araştırmada gelir arttıkça ekmek ve diğer buğday ürünleri tüketim miktarı azalmakta , pirinç tüketimi ise azalmaktadır.. bununla birlikte , özellikle kırsal kesimde sosyo–ekonomik düzey farklılaşmasının beslenme alışkanlıklarında bir farklılık yaratmadığı bölgelerimiz de vardır. Örneğin: Muş köylerinde yapılan bir araştırmada ; varlıklı ve dar gelirli aileler arasında tüketilen gıda maddelerinin büyük çapta nitelik ve nicelik farkı

göstermemesi ilginçtir. Beslenme tekniği bakımından bu tür aileler arasında bir fark olmaması , beslenmenin geleneklerine bağlı oluşu ile açıklanabilir (Birer, S. 1984 ; Öngel, B. 1982 ; Tezcan, M. 1982).

Sosyo-kültürel ve Dini Etmenler: Menü hazırlanırken seçilen yemeklerin o bölgede yaşayan insanların damak tadına hitap etmeli ve kültürel özellikler göz önünde bulundurulmalıdır. Ör: Bol baharatlı ve acılı yemekler Gaziantep mutfaklarında ilgi görürken aynı yemekler İstanbul mutfaklarında ilgi görmeyebilir. Ancak yemek seçimi yapılırken özel olarak yöresel yemeklere yer verilebilir.

Yiyecek tercihlerini etkileyen kültürel ve dini inançlar bir nesilden diğerine aktarılmaktadır. Dini inançlar , yiyecek tercihleri üzerinde sabit ve değişmez sınırlamalar getirir. Örneğin ; Müslümanlar ve Museviler dini inançlarından dolayı domuz eti yemezler. Benzer olarak vejeteryanlar da et yemezler. Bu tür müşterileri memnun etmek amacıyla menüye sebze yemekleri dahil edilebilir. Menüye sebzenin dahil edilmesiyle yalnızca bu tür müşterilerin memnun olması değil aynı zamanda menüde çeşitlilik ve maliyetlerde de düşme sağlanmış olur (Reay,1983).

İç Etmenler: Yemeklerin hazırlanması ve pişirilme biçimleri, yemeğin görünümü, kıvamı, sıcaklığı, rengi, kokusu, tadı gibi özellikleri o yemeğin kalitesini belirler. Yemek kalitesinin iyi veya kötü olması bireylerin yemek tercihlerini de olumlu veya olumsuz etkiler. Burada önemli bir sorumluluk üretim ve servis personeline düşmektedir. Yemeklerin aşırıya kaçmadan uygun bir şekilde süslenmesi müşterilerin iştahını açacaktır.

Kişisel Etmenler: İştah durumu, aile yapısı, eğitim düzeyi ve beklentileri tüketicinin beslenme alışkanlıkları ve temel tercihlerini etkiler. Kişinin yetiştirme çevresine bağlı olarak baharatlı, salçalı soslu veya kuru yemek tercihi de değişmektedir. Bazı insanlar yaşamak için yerler bazı insanlar ise yemek için yaşarlar yani yemek için yaşayan insanlar için hayat öğünler üzerine kurulmuştur. “Taştan yumuşak ne olsa yerim” diyen ve gıdalar arasında fazla ayırım yapmayan bireyler de mevcuttur. Kişilerin beslenme konusundaki bilgisizliği ve eğitim durumu da önemlidir. Eğitim düzeyi arttıkça faydalı gıda yemek istekleri de artmaktadır. Sağlıklı ve dengeli beslenmenin önemi eğitim verilerek anlatılmalı ve bireylerin bu konuda bilinçlenmesi sağlanmalıdır.

2.3.2. Beslenme Servisi Örgütüne Ait Etmenler

Beslenme servisi örgütüne ait etmenleri beslenme servisi örgütünün şekli ve amacı; bütçe; piyasa; fiziksel olanaklar ve araç-gereçler; servis şekli; personel olarak gruplandırabiliriz.

2.3.2.1. Beslenme Servisi Örgütünün Şekli ve Amacı

Bir işletmenin kuruluş yeri, ulaşım kolaylığı, park alanları, ve rekabet koşulları gibi çok önemli olan öğelere dikkat etmek gerekir. Bu da menü planlamasının daha kuruluş aşamasında yani temelde başladığını göstermektedir. Yiyecek içecek hizmetlerinin sunum özelliklerine göre sıralayacak olursak kısaca; restoranlar, fast food'lar, eğitim öğretim kurumları, konaklama ve turistik işletmeler, sağlık hizmeti veren işletmeler, fabrikalar vs. bulunmaktadır. Beslenme servisi örgütünün tipine göre işletmenin iç yapısı veya yerleşim planı da düzenlenmektedir. Örneğin, menüler beslenme servisi örgütünün tipine ve amacına uygun şekilde planlanmalıdır. Genel olarak ticari kuruluşların amacı kâr etmek, kamu kuruluşlarının amacı ise eldeki olanaklarla en uygun yemek servisini sağlamaktır. Örneğin bir okul menüsü ile bir restaurant menüsü birbirinden farklı planlanır. Okul menüsünde temel amaç tüketicilerin yeterli ve dengeli beslenmesini sağlayan ekonomik menülerin planlanmasıdır. Hastaneler, yaşlı bakımevleri, yatılı okullar gibi kurumlarda uzun süreli ikamet olduğu için menülerin besin öğeleri içerikleri iyi düşünülmelidir. Restaurantlarda ise müşterilerin yeterli ve dengeli beslenmesini sağlamanın yanı sıra, yemek satışlarını arttıran ve kâr getiren menülerin planlanması söz konusudur (Davis ve Stone,1991; Khan,1991; Beyhan ve Cığırım,1995).

2.3.2.2. Bütçe

Bütçeleri belirlerken yada gelecek dönem bütçelerini tahmin ederken yiyecek maliyetlerinin bilinmesi gerekir .Yiyecek maliyetlerini bulmaya yönelik yiyecek maliyet sistemleri ise işletmenin büyüklüğünden , işletmelerin ürettikleri menülerin özelliklerinden, elde edilmesi istenilen bilgilerin ayrıntılı olup olmamasından, yasal zorunluluklardan etkilenererek çok farklı olabilirler (Taşkın, 1991).

Kurumsal işletmeler genellikle kısıtlı bir bütçeye sahiptirler. Bu yüzden bu işletmelerde menü planlaması güç ve hassas bir konudur. Bu sınırlı bütçeler ile kaliteli yiyecek maddesi almak, kaliteli personel çalıştırmak ve yeterli araç gereç almak güçtür. Bu yüzden bütçe olanaklarının sınırlı olması halinde düşük maliyetli ve birkaç yiyecek maddesinin kullanılmasından müteşekkil menülerin yapılması uygun olacaktır (Aktaş, 1989).

Menüyü hazırlarken unutulmaması gereken bir diğer konu da en iyi menü, en güzel ve pahalı yemeklerden oluşan menü olmadığıdır. Her yemek herkes tarafından sevilmeyebilir. Menü hem müşteriler açısından hem de işletme açısından değerlendirilmelidir. Hazırlanacak menü müşterileri maddi açıdan da sıkıntıya sokmamalıdır. Bunun için hedef kitle çok iyi şekilde analiz edilerek genel yapısı (sosyo-ekonomik ve demografik), ihtiyaç ve beklentileri belirlenmelidir.

2.3.2.3. Piyasa

Hava değişimi müşterilerin yiyecek tercihlerini etkiler. Bu durumu menülerde kontrol altına almak oldukça zordur. Fakat özellikle mevsimlik değişimler dikkate alınarak planlanan bir menüyle bu olumsuzluklar aşılabılır. Menü planlanırken yiyecek kalitesinin yüksek, fiyatının da düşük olduğu aylar dikkate alınarak yemek seçimi yapılmalıdır. İklim koşulları kişilerin besin gereksinimlerine etki eder. Örneğin, soğuk havalarda (kışın) daha sıcak ve daha doyurucu yiyeceklere ağırlık verilirken, sıcak havalarda (yazın) taze, soğuk ve çiğ yiyeceklere ağırlık vererek menüler oluşturulmalıdır (Reay, 1983).

Menü hazırlanırken mevsimsel özellikler göz önünde bulundurulmalıdır. Yemeklerin insan bünyesine etkileri mevsimlere göre değişmektedir. Yazın sıcak günlerinde kızartmalar, bol baharatlı ve soslu yemekler, yağlı ve unlu yiyecekler sağlığa zararlıdır. Bu tür yiyecekleri mevsime uygun zamanda sunmak müşteriler tarafından çok fazla ilgi çekmeyeceği için işletmede maliyet kayıplarına yol açar.

2.3.2.4. Fiziksel Olanaklar ve Araç-Gereçler

Etkili bir menü planlamasının gerçekleştirilebilmesi, donatım ve işgören arasında dengenin sağlanmasına da bağlıdır. İş yükü, eşit bütün merkezlere yeterli iş

tedarik edecek ve hiç birinin başından aşmayacak şekilde dağıtılmalıdır (Olalı ve Korzay,1989). Mevcut teçhizatın büyüklüğü ve kapasitesi de önemli bir faktördür. Ayrıca, masa çeşidi ve sayısı, tezgahlar ve çalışma alanlarında mevcut şartlar altında hangi yiyeceklerin hazırlanabileceğini belirler. Donatım, yerleştirileceği yerin yeterli büyüklükte olması ve iş akımını engellemeyecek şekilde yerleştirilmesi menü üretimini daha da etkili kılar (Stokes,1982).

Araç gereçlerin çok fazla olması yada düzensiz bir biçimde yerleştirilmesi işteki verimliliği azaltır. Araç gereçlerin ve gıda üretim alanlarının çok dikkatli bir biçimde planlanmasıyla, farklı üretim tekniği kullanılarak menülerin çeşitliliği artırılabilir. Araç gerecin eksik olması durumunda, karlı ve isteği fazla olan bir yemeğin üretimi engellenmiş olur. Aynı araç-gereçle servisi sağlanacak yemekler menüde bir arada bulunmamalıdır.

2.3.2.5. Servis Şekli

Servis özelliklerine göre yiyecek içecek işletmeleri hızlı servis yapılan yerler (fast foodlar vb.), masaya servis yapılan yerler (restoranlar, lokantalar vb.) ve kurumlara yemek hizmeti veren yerler olarak basitçe sınıflandırılabilirler. Hızlı servis yapılan işletmelerde müşteriler kasalarda veya servis bankalarında seçimlerini yaparak alırlar. Masaya servis yapılan işletmelerde ise siparişler görevli personel (garson) tarafından alınıp hazırlandıktan sonra müşteriye sunulur. Kurumlarda yemek servisi yapan işletmelerde bu iki özelliği birden taşımaktadır. Müşteriler kendine verilen kısıtlı zaman içerisinde sıraya girer ve yemeğini görevli personel (servis aşçısı) verir.

Zamanla yarışan işletmelerde (örneğin fast-food) menüye dahil edilebilecek yemekler çabuk hazırlanabilen tarzda olmalıdır. Toplu yemek yapılan sektörlerde bu kadar zaman kısıtlaması yoktur.

Yemeklerin porselen tabakta mı yoksa tabldot tepsilerde mi veya ne şekilde sunulacağı önemlidir. Porselen tabaklarda yemeklerin sunulması kişilere kendini önemli biriymiş hissi verecektir. Günümüzde bir çok işletme çelik tabldot tabakları bırakıp porselen vb. tabaklarda sunum yapmaktadır. Yemek üreten ve sunan firmalar arasında fiyat ve hizmet kalitesinin iyi olması konusunda ciddi rekabet olmaya

başlamıştır. Hatta bazı firmalar üzerlerinde firmalarının ismi yazan veya arması bulunan özel kıyafetlerle, porselen tabaklarda, tuzluklarda, peçeteliklerde sunum yapmaktadır. Bu tarz değişiklikler personele sanki yemekhaneye değil de restorana gidip yemek yiyormuş havası vermektedir. Buda personelin moralini ve iş performansını arttırmaktadır.

2.3.2.6. Personel

Yiyecek içecek hizmetinden sorumlu kişi menü planlamasında mevcut personel sayısı ve onların bilgi ve becerilerini göz önünde bulundurmak zorundadır. Mutfak personeli ve servis personelinin çalışma saatleri ve iş yükleri düzenlenmelidir. Şayet, planlanan servis yorucu olursa personel ya dikkatsiz ya da yavaş hareket edecek ve işin aksamasına ve müşteri memnuniyetsizliğine sebep olabilecektir (Aktaş,1989).

Sağlıklı beslenme konusunu yeterli derecede bilmeyen bir kişiye aşçıbaşılık (mutfak şefliği) görevinin verilmesi sakıncalıdır. Bir mutfak şefi yiyecek guruplarını, yiyeceklerin besin değerlerini (protein, yağ, karbonhidrat, mineral, vitamin...), kalori miktarlarını, bir yemeğin analizini çok iyi bilmeli, mikroorganizmayı ve hijyen koşullarını kontrol altında tutabilmelidir. Hatta, bir yemekte ne kadar kalori, ne kadar protein, ne kadar yağ, ne kadar karbonhidrat bulunabileceğini hesap edebilmelidir. Dengeli beslenme konusu, kesinlikle zor veya anlaşılamaz bir konu değildir. Bunun için yıllarca okula da gitmeye gerek yoktur. İsteyen herkes, uygun beslenme kitaplarını okuyarak, bu konuda, kendini istediği kadar geliştirebilir. Şu anda, Türk Mutfağının en büyük sorunu mutfakta yağ kullanımındır. Yemeklerimizin büyük bir bölümü aşırı yağlı ve kalorilidir. Bilinçli bir aşçı, mutfakta yağ kullanımını pek ala kontrol altında tutabilir. Toplu tüketim yerlerinde, insanlar daha sağlıklı şekilde karınlarını doyururlar ve daha az sağlık sorunu yaşarlar.

2.4. Menü Planlama İlkeleri

Menü planlamayı etkileyen faktörler göz önünde bulundurularak yemek listesi hazırlanırken yemeklerin bir araya getirilişinde renk tat kıvam vb. bazı

hususlara dikkat etmek gerekir (Kutluay ve Birer,1989; Balizer-Gilmore,1992; Baysal ve Kutluay, 1994; Beyhan ve Ciğerim, 1995) :

Renk Uyumu : Menüler planlanırken farklı renklerdeki gıdalar menüye dahil edilmeli ve aynı renk tonundaki gıdalar kullanılmamalıdır. Örn: Sadece kırmızı soslardan hazırlanan yemeklerin aynı öğün içinde verilmesi doğru değildir. Yiyeceklerin görünümünü ve çekiciliğini artırmak için yapay renklendiricileri kullanmakta mümkündür. Eğer yapay renklendiriciler kullanılması gerekiyorsa ki bu tavsiye edilmez, bunların yemeğin tadına ve kalitesine etki etmemesi için dikkat etmek gerekir. Bunun için doğal yiyecek renklerinin kullanımı daha yararlı olur. Birçok meyve ve sebze, yemeği süslemek ve çekici bir renk uyumunu yakalamak için idealdir.

Yapı : Yapı bir yiyeceğin ağızda bıraktığı his olarak tanımlanır. Yiyeceklerin bazıları çiğnemeyi, bazıları ezilmeyi, bazıları ısırılmayı ve bazıları da yudumlanmayı gerektirir. Yuvarlak, kare, dilimlenmiş, kıyılmış: küçük ve büyük parça gibi biçim ayrıntıları da yiyeceğin görünümü ve çekiciliğini etkiler. Ör: Ispanak ve pazı veya mercimek ve ezogelin çorbaları aynı gün menüye konulmamalıdır.

Sıcaklık : Yemeklerin servis edileceği andaki sıcaklıklarının da düşünülmesi gerekir. Sıcaklık, yiyeceğin özelliğine bağlı olarak, menüleri planlamada belki de en kolay kontrol edilebilen ve çok karmaşık olmayan bir unsurdur. Yiyeceklerin sıcaklığı, kişilerin yaşı ve diğer kişisel faktörlere bağlı olarak değişmektedir. Hem sıcak hem de soğuk yiyecekleri ihtiva eden menüler tercih sebebidir. Bir limonata veya şerbet sıcak havalarda uygunken, soğuk havalarda da sıcak çikolata uygundur.

Kıvam : Yoğunluk, bir ürünün yapışkanlık veya koyuluk derecesini belirler. Yapı ve biçim gibi yoğunlukta menüde sunulan yiyecekler arasında farklılığın oluşmasını sağlamaktadır. Bu yüzden de menüde bulunan yiyecekler farklı yoğunluklara sahip olmalı, sert bir yoğunluğa sahip yiyeceklerle, ince bir yoğunluğa sahip yiyecek birlikte kullanılmalıdır. Örneğin Domates Çorba ve Salçalı Köfte gibi.

Tat Kombinasyonu : Acılık, tuzluluk, tatlılık, ve ekşilik temel tat duyumlardır. Menülerde bulunan yiyeceklerde özellikle bir tadın ön plana çıkması istenmez. Bu yüzden de yiyeceğin içeriğine giren maddeler tat bakımından birbirlerini tamamlamalıdır. Aynı şekilde bir yemek servisinde birbiri arkasından yenen yiyeceklerin tat uyumu sağlayacak şekilde olması gerekir. Kombinasyonda

benzer tatlar bir arada bulunmamalıdır. Örneğin, acı bir yiyeceğin arkasından tatlı verilmemelidir. En azından acılığın etkisini gideren bir yiyecek verilmelidir

Hafif ve Ağır Besinler : Serviste hafif ve ağır yemekler dengede olmalıdır.

Hazırlama Yöntemi : Bir öğünde yer alan yemeklerin hepsinin aynı metodla hazırlanmamış olması gerekir. Çeşitli sunum (haşlama, kızartma, ızgara vb) olmalıdır. Menüde birbirlerinden farklı usullerde pişirilmiş yemekler olmalıdır. Aynı teknikle pişirilen yiyecekler menüyü verimsizleştirir.

Sunum : Yiyeceklerin gösterişli bir biçimde sunumu ile, çekici olmayan bir yiyecek daha çekici gösterilebilir. Ya da tam tersi güzel, çekici bir yiyecek yapılan kötü bir sunum ile tüm çekiciliğini kaybedebilir

Sunulan yemeğin garnitürleri çok önemlidir. Tüketicinin tabağında bu garnitürlerin görünümü tüketiciyi memnun edecektir. Genelde menüde basit yiyeceklerin yer alması daha uygun olur. Çünkü sade, iyi pişmiş ve güzel sunulan yiyecekler çoğu kez süslü ve karışık yiyeceklerden daha fazla talep görür. Karışık ve ne olduğu anlaşılamayan yiyecekler genelde artan yiyeceklerin yeniden kullanıldığı izlenimini uyandırır. Ancak sade hazırlanan menüde ustaya ait özel yemeklere de yer verilmesi menüyü daha zengin kılacaktır.

2.5. Menü Planlanırken Yararlanılacak Kaynaklar

Menü planlarken yararlanılacak başlıca kaynaklar (Acımuş, 1996); yemek grupları ve bu yemek gruplarına ait yemek adları listesi (Çizelge 2.1); sebze ve meyvelerin bol bulunduğu aylara ait liste (Çizelge 2.2); boş menü formları; yemeklere ait standart reçeteler; yemek porsiyonlarının maliyeti ve güncel fiyat listeleri; daha önce uygulanmış menüler; varsa tüketicilerin yemeklere/menülere ilişkin görüşlerini belirten veriler; varsa yemeklerde oluşan servis artıklarına ilişkin kayıtlardır.

Menü planlanırken yemek grupları önemli bir yer teşkil etmektedir. Çizelge 2.1.'de menü hazırlamada kullanılan yemek grupları, Çizelge 2.2.'de de taze sebze ve meyvelerin bol bulunduğu aylar verilmektedir.

Çizelge 2.1. Yemek Grupları

Grup No: 1	Grup No: 2	Grup No: 3
1. Büyük parça et yemekleri 2. Küçük parça et yemekleri 3. Köfteler 4. Etli sebze yemekleri 5. Etli dolma ve sarmalar 6. Etli Kurubaklagil yemekleri 7. Yumurtalı yemekler	1. Çorbalar 2. Pilavlar 3. Makarnalar 4. Börekler 5. Zeytinyağlılar	1. Meyveler 2. Salatalar 3. Komposto / Hoşafklar 4. Tatlılar 5. Yoğurt – Cacık 6. Diğerleri

Standart yemek reçetelerini oluştururken dikkat edilmesi en önemli unsur okuyan kişinin kolay anlayacağı bir dille yazılmasıdır. Yemeğin adı ve grubu açık ve yemeği tarif edici şekilde olmalıdır. Örneğin bezelye yemeğinin etlimi, kıymalı, tavuklumu, zeytinyağlı olduğunu açıkça yazılmalıdır. Porsiyon ölçüsü (çiğ ve pişmiş olarak net ve brüt miktarı), porsiyon ölçü aracı (kilogram, gram, çay bardağı, su bardağı vs.) ve servis şekli (tabldot, porselen vs.), hangi alet ve ekipmanla pişirileceği (tencere, tava vs.) hazırlama ve pişirilme yöntemleri (haşlama, kızartma, fırınlama vs.) ve süreleri, yemeğin toplam ağırlığı (pişmiş olarak net miktarı), porsiyonun maliyeti, besin değeri açık bir şekilde belirtilmelidir.

Menüde yer alan yemeklerin tüketici isteğine cevap vermesi artıkları önlemek açısından önemlidir. Bu nedenle yiyecek işletmelerinde tahmin özel bir konudur ve menü planlarken mutlaka daha önceki menüler gözden geçirilmeli daha önceki kayıtlara göz atılmalıdır. 1990 yılında yiyecek işletmelerinde yapılan bir araştırmada geçmiş kayıtlara göre karar vermenin en sık kullanılan yöntem olduğu (%89,4) yiyecek işletmelerinde bunu yapan kişinin ise menü planlayan yönetici veya müdür (%83,7) olduğu sonucu çıkmıştır. Araştırmaya katılanlar bu konuda eğitime ihtiyaçları olduğunu vurgulamışlardır. Bu yüzden menü planlayanlar için tahminleme konusunda eğitimlere devam etmek öncelikli bir konu olmalıdır denilmiştir (Repko ve Miller, 1990).

Çizelge 2.2. Taze Sebze ve Meyvelerin Bol Bulunduğu Aylar

Sebzeler	Aylar	Meyveler	Aylar
Bakla (Taze)	4-5	Armut	8-11
Bamya	7-9	Ayva	10-3
Bezelye	5-6	Çilek	5-6
Biber (Çarliston)	5-10	Elma	10-5
Biber (Dolmalık)	6-10	Erik (Kırmızı)	6-10
Dereotu	Her ay	Erik (Yeşil)	5-7
Domates	S-LL	Karpuz	7-9
Havuç	10-5	Kayısı	7-8
Hıyar	5-10	Kavun	8-10
Ispanak	11-5	Kızılcık	7-9
Kabak (Kış)	11-2	Kiraz	6-7
Kabak (Taze)	5-10	Limon	Her ay
Karnıbahar	11-3	Malta Eriği	5-6
Kereviz	11-3	Mandalina	11-2
Kıvırcık	9-5	Nar	12-1
Lahana (Beyaz)	11-3	Portakal(Washington)	12-3
Lahana (Kırmızı)	11-3	Portakal (Yafa)	1-5
Marul	4-6	Şeftali	7-9
Maydanoz	Her ay	Üzüm	7-11
Nane (Taze)	6-9	Vişne	7-8
Patates	Her ay		
Patlıcan	6-11		
Pazı	12-4		
Pırasa	11-3		
Sarımsak (kuru)	Her ay		
Semizotu	4-7		
Soğan (kuru)	Her ay		
Soğan (taze)	Her ay		
Taze Fasulye	5-10		
Turp (Kırmızı)	11-3		
Yaprak (Salamura)	11-3		

Yapılan farklı bir araştırmada ise yöneticilerin menü planlaması konusunda bilgi sahibi olmadıkları ve menü planlaması konusunda herhangi bir eğitim almadıkları saptanmıştır. Menü planlamacısı olarak görevlendirilen kişilerin seçiminde ; akademik kariyerleri, yaşları, genel kültür seviyeleri, ve sosyal yanlarının kuvvetliliği ve biraz da işi kabul etmeleri gibi özelliklerin önde olduğu görülmüştür. Yöneticilerin işlerini yaparken menü planlaması ve işçi beslenmesi konusunda kendilerini geliştirmek için özel bir çaba harcamadıkları, yaşadıkları deneyimlerin

kendileri için yeterli olduğu kanısında oldukları saptanmıştır. Yine aynı çalışmada yöneticilere menü planlaması konusunda özel ve ücretsiz bir kurs olsa gidip gitmeyecekleri sorulduğunda hayır dedikleri saptanmıştır. Yöneticilerin menü planlamasına ait mesleksel soruları cevaplarken rast gele davrandıkları, menü planlaması açısından kişinin bilgi seviyesini ölçen soruları hiç cevaplandırmadıkları belirtilmiştir (Kaldı ,1995).

Çizelge 2.2.'de de menü planlarken yararlanılan kaynaklardan taze sebze ve meyvelerin bol bulunduğu aylar gösterilmiştir.

2.6. Menülerin Kalite Kontrolü ve Menü Denetimi

Menü uygulamalarında kalite kontrolü çok önemlidir. Buradaki başarı sürekli gözlem, servis hazırlama ve güçlü çalışmayla sağlanır. Serviste kaliteyi arttırmak için standartlar, süreklilik ve denetim şarttır (Commings, 1992).

Reinhardt (1994), kaliteli hizmet işletmeciliğine yöneticilerin mutlaka odaklanması gerektiğini savunmaktadır. Araştırmalarda kaliteli servise önem veren organizasyonların, önem vermeyenlere oranla iki kat büyüdüğü ve daha fazla müşteri edindikleri görülmüştür. Kaliteli servis veren organizasyonlarda müşterilerin ihtiyaç ve beklentilerine öncelikle önem verilir.

Kaliteyi artırmak için çalışmalar devamlı olmalıdır. Standartlar sürekli gözden geçirilip eksikler bir bir saptanmalıdır. Kalite geliştirmede hizmet alan kişinin ihtiyaç ve beklentileri önemlidir. Yiyecek servisi yöneticileri müşterinin ne istediğini çok iyi analiz yapıp bu isteklerini en kısa zamanda yerine getirmelidir. Genellikle bunu anket yoluyla başarmaktadırlar. Bir başka yöntemde istek ve şikayet kutularının veya defterinin yemekhanelere koyularak personelin istek ve şikayetlerinin değerlendirilmesi ile yapılmaktadır.

Günümüzde şirketler üretimde standartları yakalayabilmek için uluslararası standartlar organizasyonu veya kısa adı ISO olan belgeleri almak için yarışmaktadırlar. Yapılan işlerin tek tek yazılması ve bu yazıların da harfiyen yerine getirilmesi bu sistemin temel esaslarındandır. Birçok yemek fabrikaları ve toplu beslenme hizmeti veren yerler (hastaneler, okullar vs.) bu belge için çalışmakta ve kalitesini bu şekilde göstermektedir. Oluşan rekabet piyasasında bu belgeler

ihalelerde “olmazsa olmaz” durumuna gelmiştir. Kritik noktalarda analiz yöntemi adı verilen ve kısa adı HACCP olan sistem de gıda sektöründe vazgeçilmez bir kalite kontrol mekanizması olmuştur. Fakat maalesef bu belgeleri alan bazı yemek fabrikaları sadece duvara asılan bir reklam unsuru olarak veya ihale şartnamelerini yerine getirmek için bir belge olarak görmektedir. Yapılan bir araştırmada Mersin ve Adana illerinde toplu besin üretimi yapan yemek fabrikalarının hijyen ve sanitasyon uygulamaları incelendiğinde olarak HACCP ve TSE 8985 belgesi olan ve olmayan işletmeler arasında istatistiksel hijyen ve sanitasyon uygulamaları yönünden önemli bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır. Bu çalışmada Adana ve Mersin illerinde yemek üretimi yapan 8 fabrika incelenmiştir (Yıldız, 2005).

Kalite kontrolü ve porsiyon kontrolü, yemek servisi organizasyonunun sahip olduğu imkanların yeterliliği yemek servis yöneticileri için önemlidir. Yemeğin görüntüsü, yemek kalitesinin bir parçasıdır. Yemek kalitesi çalışanların yetenekleri, kullanılan araç-gereç ve menünün çeşitliliği gibi birçok değişkene bağlıdır (Grand ve Ark.,1994).

Menülerin denetimi, menü planlamada önemli bir süreçtir. Menü planlandıktan sonra, önce gün-gün sonra hafta-hafta olmak üzere menü planlama ilkeleri doğrultusunda tekrar incelenmelidir. Bu işlem en iyi menü denetim listesi yardımıyla yapılır (Khan,1991; Balizer ve Gilmore,1992; Beyhan ve Ciğerim,1995).

2.7. Toplu Beslenme Hizmeti Verilen Kurumlarda Yemek Hazırlamada Sağlık ve Temizlik Kuralları

Menülerin hazırlama aşamasından tüketicinin önüne gelinceye kadarki geçen süreçleri kapsamaktadır. Tüketicilerin sağlıklı bir şekilde yiyeceklerini tüketebilmesi için çok dikkat edilmesi gereklidir. Günümüzde dikkatsizlik ve tedbirsizlikler yüzünden bazı kurumlarda gıda zehirlenmesi görülmektedir. Bunların önüne geçebilmek için gereken tedbirlerin alınması gerekmektedir.

İnsan yaşamının önemli bir bölümü besin ve içeceklerle ilgili olduğu için, bunların temizliğinin en başta ele alınması gerekir. Besin ve içeceklerin sağlığa zararlı duruma gelmesi, yani kirliliği çeşitli etkenlere bağlıdır (Baysal, 2002).

- Mikroorganizmaların besin ve içeceklerimize bulaşması ve orada çoğalması,

- Besin ve içeceklerde inorganik elementlerin yoğunlaşması,
 - Hatalı pişirme uygulamaları ile besinde zararlı kimyasalların oluşması, yararların kaybolması,
 - Besinleri haşereden korumak için kullanılan pestisit, insektisit denen kimyasal ögelerin besin ve içeceklerimizdeki kalıntı yoğunluğunun artması veya bunların insanla direkt temas etmesi,
 - İşlenmiş besinlerimize bazı zararlı katkı ögelerinin eklenmesi, uygunsuz paketleme malzemelerinin kullanılması,
 - Radyo-aktif kalıntıların besin ve içeceklerimizde yoğunlaşması,
 - Fabrikalarda atılan toksik kimyasalların yiyecek ve içeceklerimize karışması,
- gibi bütün bu etkenler besinlerimizin sağlıksız duruma gelmesine yol açar (Baysal, 2002).

Bu sebeple, gerek TSE gerekse Türk Gıda Kodeksinde toplu beslenme yapılan yerlerde uyulması gereken kurallar ve uygulamalar ile ilgili standartlara yer verilmektedir. Bu genel kurallara ilişkin olarak TSE tarafından hazırlanan “TS 8985 (T1, T2, T3, T4); İş yerleri - Yemek fabrikaları - Toplu yemek mutfakları ve yemek servisleri - Genel Kuralları”nda belirtilen koşullara toplu beslenme üzerinde faaliyet gösteren işletmelerin ve toplu beslenmenin yapıldığı yerlerin uyması gerekmektedir (TSE, 2005).

3. MATERYAL VE METOD

3.1 Materyal

Araştırmaya Adana ili sınırları içinde Hacı Sabancı Organize Sanayi Bölgesinde bulunan 6 adet tekstil fabrikası (A, B, C, D, E, F) alınmıştır. Bu kurumlara toplu beslenme hizmetini, farklı yemek fabrikaları merkez mutfaklarından taşımacılık sistemiyle vermektedirler. Yemekleri hazırlayan ve kurumlara servis yapan yemek fabrikaları kendi yerlerinde incelenmiştir. Bu kurumlarda yemek yiyen kişi sayısı Çizelge 3.1 de verilmiş olup toplam 680 kişi yemek yemektedir. Bu kurumlarda yemek yiyen ve orta dereceli fiziksel aktiviteye sahip 250 kişi tabakalı rastgele örnekleme yoluyla seçilmiş ve tüketici görüşlerini değerlendirmek üzere araştırmaya alınmıştır. Her bir kurumda yemek yiyen kişi sayıları toplam yemek yiyen kişi sayısına bölünerek ağırlıklar belirlenmiş (n_i/n), bu ağırlıklar ile ankete alınacak kişi sayısı (250) çarpılarak her kurumdan ankete alınacak örnek kişi sayısı belirlenmiştir (Sümbüloğlu,1978 ; Özdamar, K. 2003).

Çizelge 3.1. Kurumlara göre yemek yiyen ve ankete alınan kişi sayısı

Kurumlar	Yemek Yiyen Kişi Sayısı (n_i)	Ağırlık (n_i/n)	Ankete Alınan Kişi Sayısı
A	160	0.235x250	59
B	85	0.125x250	31
C	180	0.265x250	66
D	60	0.088x250	22
E	90	0.132x250	33
F	105	0.154x250	39
TOPLAM (n)	680		250

$$\text{Ağırlık} = \frac{\text{Kurumda yemek yiyen kişi sayısı (n}_i\text{)}}{\text{Toplam yemek yiyen kişi sayısı (n)}}$$

3.2 Metod

Bu kurumlarda farklı mevsimlerde uygulanan menülerden birer aylık öğlen yemeğine ait 4 kap olarak sunulan menü örnekleri Şubat, Mayıs, Ağustos ve Kasım

aylarında olmak üzere 4 kez alınmıştır (Ek-1). Tabldot olarak sunulan bu menüler araştırmaya alınan tüm yemek fabrikalarında aynı şekilde verilmektedir.

a) Bu menülerin sağladığı enerji ve besin öğeleri içeriği hesaplanmış, menülerin uygulandığı kurumlarda çalışan bireylerin gereksinimlerine uygunluk durumu değerlendirilmiştir. Öğle yemeğine ait menülerin sağladığı enerji ve besin öğelerinin hesaplanmasında, her güne ait menülerin enerji besin öğeleri miktarları hesaplanarak aylık (20 iş günü) ortalama değerler alınmıştır. Yemeklerin bir porsiyonun içine girenler ve miktarları, ilgili yemek fabrikalarının uyguladığı yemek reçetelerinden elde edilmiştir. Bir porsiyonun içine giren yiyecek miktarları belirlenmiş ve enerji besin öğeleri besin bileşim cetveli kullanılarak hesaplanmıştır (Baysal, 2002). Kurumlarda çalışan personelin cinsiyet, ortalama yaş ve aktivite düzeyleri göz önüne alınarak, bu özellikteki (orta dereceli fiziksel aktiviteye sahip) bireylere önerilen günlük enerji ve besin öğeleri miktarları bulunmuştur (Baysal, 2002; Kutluay,1994). İşçi beslenmesinde günlük enerji ve besin öğeleri gereksinimlerinin yarısının öğle öğününden karşılanması önerisi göz önüne alınarak menülerin uygunluk durumu değerlendirilmiştir (Baysal, 2002). Enerji ve besin öğeleri hesaplamalarına ekmek dahil edilmemiştir. Bireylerin yaş, cinsiyet ve aktivitelerine göre günlük önerilen ekmek miktarının yarısının enerji ve besin öğeleri hesaplanmış, menülere dahil edilerek ayrıca değerlendirme yapılmıştır.

Menüleri planlayanlara planlama yaparken nelere dikkat ettikleri ve karşılaştıkları güçlükler de sorularak incelenmiştir.

b) Yemek fabrikalarının kurumlarda uyguladıkları öğle yemeği menüleri menü denetim listesi ile değerlendirilmiştir (Acımiş, 1996). Değerlendirme günlük menü değerlendirmesi (Ek 2A) ve genel menü değerlendirmesi (Ek 2B) olarak araştırmacı tarafından yapılmıştır. Genel menü denetim listesinde I., II. ve III. grup yemeklerin dağılımının ve maliyetinin birbirini izleyen günlere göre uygunluğu; günlük menü denetim listesinde ise subjektif yönden (tat çeşitliliği, renk kombinasyonu, kıvam, örüntü) ve Kurumsal Beslenme Servisi Örgütü (KBSÖ) yönünden (Mevsimsel faktörler, araç-gereç yönünden, personel yönünden, servis edilme yöntemleri) değerlendirme yapılmıştır. Kurumların menülerinin günlük menü değerlendirmesi ise sübjektif yönden ve Kurum Beslenme Servisi Örgütü

(KBSÖ) yönünden her gün için her bir kritere 1'den 5'e kadar puanlar verilerek (1= kötü, 2= zayıf, 3= orta, 4= iyi, 5= çok iyi) puanlanmıştır. Aylık olarak aldıkları puan (5x20 iş günü=100 puan) bulunmuş ve 4 ayın ortalaması alınmış; sonuçlar 100 puan üzerinden verilmiştir. Genel menü değerlendirmesinde her bir ayın menüsü her bir kritere 5-25 puan değerler (5= kötü, 10= zayıf, 15= orta, 20= iyi, 25= çok iyi) verilerek (25x4ay=100 puan) hesaplanmış ve sonuçlar 100 puan üzerinden verilmiştir.

c) Menülerin uygulandığı kurumlarda çalışan tüketicilere her ay için ayrı, menü planlama konusundaki görüşleri ve yiyecek tercihlerini belirlemeye yönelik anket uygulaması yapılmış, elde edilen veriler değerlendirilmiştir (Ek -3).

3.3. İstatistiksel Değerlendirme

Sürekli değişkenlere ilişkin ortalama (ort), standart sapma (SD); nitelik değişkenlere ilişkin yüzde (%) istatistikleri verilmiştir.

Normal dağılım gösteren ve homojen veriler varyans analizi ile değerlendirilmiştir. Ayrıca, normal dağılım göstermeyen ve homojen olmayan verilere de Ki kare testi uygulanmıştır.

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogrov-Smirnov testi ile incelenmiştir. Verilerin homojenliği ise Levene varyans homojenlik testi ile araştırılmıştır.

Varyans analizi sonucu gruplar arasında fark bulunduğunda farklılığın hangi gruptan kaynaklandığı Duncan testi ile incelenmiştir.

Niteliksel verilerin ölçümüne ait yüzdelerin farklılığının önemi bağımlı gruplarda iki yüzde arasındaki farkın önemlilik testi ile incelenmiştir (Sümbüloğlu,1978).

İstatistiksel değerlendirmelerde SPSS 10.0 istatistik programı kullanılmıştır (Özdamar, 2003)

4. ARAŞTIRMA BULGULARI VE TARTIŞMA

Adana’da toplu beslenme yapılan 6 kurumun menülerinin değerlendirilmesi ile ilgili bulgular ve tüketici görüşlerinin belirlenmesine yönelik olan anket uygulaması sonuçları aşağıda sırasıyla verilmiştir.

4.1. Kurumlara Toplu Beslenme Hizmeti Veren Yemek Fabrikalarının Genel Özellikleri

Çizelge 4.1. de araştırmaya alınan kurumlara toplu beslenme hizmeti veren yemek fabrikalarının özellikleri verilmiştir. Bu yemek fabrikalarında sorumlu yönetici olarak çalışan gıda mühendisleri bulunmakta; diyetisyen bulunmamaktadır. Yemek fabrikalarında fabrika sahiplerinin yönetim ve karar yetkisini ellerinde bulundurdıkları ve bu nedenle gıda mühendislerinin görevlerini tam anlamıyla yerine getiremedikleri gözlenmiştir. Araştırmaya alınan 6 yemek fabrikasının da fabrikanın (mutfak) açılması için gerekli olan yasal belgelerin (gıda üretim, gıda sicil vs.) yanında ISO ve HACCP kalite belgeleri bulunmaktadır. Bu kalite belgelerinin asıl alınış amacının yemek tekliflerinde, yemek ihalelerinde şart koşulmasından ileri geldiği, firmalar arası rekabette ve reklam amaçlı olarak kullanıldığı; fakat gereklerinin yerine tam olarak getirilmediği araştırmacı tarafından gözlenmiştir.

İncelenen toplu beslenme servisi yapan yemek fabrikalarının günlük yemek üretimlerinin 600-2500 kişi arasında olduğu; merkezi mutfaklarında üretim yapıp, taşıma sistemiyle mevcut müşterilere servis yaptıkları belirlenmiştir. Taşıma servisi sırasında uzak mesafelerde “termobox” adı verilen ısı kaybını en aza indiren taşıma kapları kullanılmaktadır. Taşımada kullanılan ekipmanlar kapaklar ile veya streç film ile sarılıp yemeklerin dökülmesi önlenmeye çalışılmaktadır. Yemekler firmalara göre ayrılıp gideceği mesafeye göre de uygun raflara yerleştirilmektedir. Yemek servisini yapacak personelle birlikte yemekler kurumların yemekhanelerine getirilip sıcak yemekler ısıtıcıların üzerine yerleştirilmektedir. Soğuk servis yapılması gerekli olan yemekler ise sıcak havalarda tezgah tipi soğutucu dolaplarda bulundurulup tüketiciler geldiğinde gerekli miktarda çıkarılmakta, diğer zamanlarda ise servis

tezgahının üzerinde bulundurulmaktadır. Servis için hazırlıklar yapıldıktan sonra yemek saati geldiğinde görevli personel tarafından yemek servisi yapılmaktadır.

Çizelge 4.1. den de görüldüğü gibi sadece A ve E kurumlarına yemek veren fabrikalarda, çalışan personele hizmet içi eğitim verilmekte olduğu; diğerlerinde ise verilmediği belirtilmiştir. Bunun nedeni olarak, eğitimin gerekli olduğunu kabul ettikleri halde iş yoğunluklarının fazlalığını göstermişlerdir. Mutfak personeline menüde yer alan yemeklerin besin içerikleri, uygun menü planlamasının önemi, standart tarife kullanmanın gerekliliği ve önemi, hijyen ve sanitasyon, yemek hazırlama-pişirme yöntemleri gibi konularda eğitim verilerek daha kaliteli ve güvenli hizmet sunulması sağlanabilir.

Çizelge 4.1. Araştırmaya Alınan Kurumlara Toplu Beslenme Hizmeti Veren Yemek Fabrikalarının Özellikleri

Yemek Fabrikalarının Özellikleri	Kurumlar					
	A	B	C	D	E	F
Araştırmaya alınan kuruma firmanın verdiği yemek sayısı	160	85	180	60	90	105
Kuruma gönderilen öğün sayısı	1	1	1	1	1	1
Mutfak personeline eğitim	+	-	-	-	+	-
Yiyecek satın almada kalite kontrolü	-	+	+	-	-	+
Yiyecek depolama koşulları	-	+	+	+	-	-
Yemeklerin servise sunumundan önce yemek kalite kontrolü	-	+	+	+	+	-
Mutfak servis araç gereçlerinin uygunluk durumu	+	-	+	+	+	-
Menü planlamada tüketici görüşlerinin göz önüne alınması	-	+	+	-	+	-

B, C, ve F kurumlarına yemek veren fabrikalarda satın almada gıdaların kalite kontrollerinin yapıldığı bildirilmiştir. Depolama koşullarının B, C, D kurumlarına yemek veren fabrikalarda daha iyi olduğu ve bir personelin depo sorumlusu olarak

görevlendirildiği gözlenmiştir. Tüm firmalarda depolama koşullarında görülen olumsuzlukların başında havalandırmanın yetersiz olması dikkati çekmiştir. Soğuk hava depolarının veya dolaplarının yetersiz olması nedeniyle işlem görmüş hammaddeler ile işlem görmemiş hammaddelerin aynı yerde depolandığı da gözlenmiştir. Firmaların depo şartlarını düzeltmek için karar aldıklarını fakat maddi sıkıntıdan dolayı şimdilik ertelediklerini vurgulamışlardır. Depolama koşullarına dikkat edilmediği takdirde gıdalarda bozulmalar meydana geleceğinden, hem tüketici sağlığı olumsuz etkilenebilecek hem de maddi kayıplar olacaktır. TSE tarafından hazırlanan “TS 8985 (T1, T2, T3, T4); İş yerleri - Yemek fabrikaları - Toplu yemek mutfakları ve yemek servisleri - Genel Kuralları”nda belirtilen koşullara, toplu beslenme ile ilgili faaliyet gösteren işletmelerin ve toplu beslenmenin yapıldığı yerlerin uyması gerekmektedir (TSE, 2005).

B, C, D, E kurumlarına yemek veren fabrikalarda yemekler servise sunulmadan önce merkez mutfakta kontrollerin yapıldığı; diğerlerinde ise merkez mutfakta kontrol yapılmadan servise çıktığı belirlenmiştir. Serviste kullanılan araç ve gereçler B ve F kurumlarına yemek veren fabrikaların dışında yeterli bulunmamıştır. B, C ve E kurumlarına yemek veren fabrikalarda menü planlama sırasında tüketici görüşlerinin göz önüne alındığı bildirilmiştir. Fabrikalardaki menüler gıda mühendisleri ve aşçıbaşılar tarafından hazırlanmaktadır. Menüler hazırlanırken müşteri isteklerinin, fabrikanın kâr etme durumunun, personelin iş yükünün vs. göz önüne alındığı belirtilmiştir. Kurumlarda çalışanların gereksinimleri göz önüne alınmamaktadır. Bir aylık olarak düzenlenen taslak menüler kurumlara sunulmakta, kurumlar tarafından yapılan istekler doğrultusunda menüler değerlendirilerek gerekli düzeltmeler yapılabilmektedir. Bu yapılan aylık listeye göre gereken hazırlıklar (gıda alımı, personel çalışma programı vs.) yapılmaktadır.

4.2. Araştırmaya Alınan Kurumlarda Toplu Beslenme Hizmetleri

Kurumlar yemek hizmeti alacakları firmalarda özellikle ISO , HACCP, TSE gibi belgelerin olmasını istemekte ve bunu firmayı tercih sebebi olarak göstermektedirler. Bu sözleşmelerde yemeklerin kaç çeşit olacağı (örneğin 3 kap + yoğurt gibi), yemek fiyatı, yemek gramajları (örneğin etli sebzelerde 30gr kemiksiz

et gibi), yemeğin nasıl servis yapılacağı (tabldot tepsi veya porselen tabak), servis personelinin olup olmayacağı, demirbaş eksikse kim tarafından alınacağı, banka teminatı vs. konular açıkça yazılmaktadır. Kurumlar yemek hizmeti alabilmek için yemek fabrikaları tarafından kendilerine sunulan fiyat tekliflerini değerlendirmekte ve verilen fiyat yönünden kurum bütçesine en yakın olan yemek fabrikası ile tekrar görüşüp, merkez mutfakları incelendikten sonra 1 yıllık yazılı sözleşme iki tarafın yetkilileri tarafından imzalanmakta; yemek fabrikaları bu kurumlara hizmet vermeye başlamaktadır. Sendikalı olan kurumlarda, sendika temsilcileri de sözleşmelerde söz hakkına sahip olmaktadır. Sendikanın kurum ile arasındaki sözleşme maddelerinde, yemekhane ile ilgili şartlar da bu sözleşmelere dahil edilmektedir. Araştırmaya aldığımız bu kurumlarda sendika bulunmamaktadır.

Kurumlarda personele yemek tek öğün öğlen yemeği olarak verilmektedir. Çizelge 4.1’de fabrikalar tarafından kurumlara verilen yemek sayıları görülmekte olup 60 ile 180 arasında değişmektedir.

Kurum yemekhanesine gelen yemeklerin genellikle kurumun belirlediği yetkili kişi tarafından kalite kontrolü ve istenilen yemek sayısına uyup uymadığı kontrolü yapılarak teslim alınmakta ve irsaliye imzalanmaktadır. Eksiklik olursa fabrika yetkilisine haber verilmektedir. Kalitesi beğenilmediğinde ise geri döndürülebilmektedir.

4.3. Kurumlarda Menü Planlamadan Sorumlu Kişiler veya Birimler, Düzenlemede Göz Önüne Aldıkları Faktörler ve Karşılaştıkları Güçlükler

Çizelge 4.2. de kurumlarda menü planlamadan sorumlu kişi veya bireylerin dikkat ettikleri noktalar ve karşılaştıkları güçlüklerle ilgili verdikleri yanıtlar yer almaktadır. Yemek fabrikalarının hazırlayarak sundukları menü taslaklarını A ve E firmasında İnsan Kaynakları, B ve F firmalarında İdari İşler Şefi, C ve D firmalarında ise Güvenlik Şefleri gözden geçirmekte ve gerekli gördükleri düzeltmeleri yapmaktadırlar. Menüler, yemek firmaları tarafından gönderilen örnek menüler üzerinden veya daha önceki menülerden alıntı yapılarak, kendilerine gelen istek ve şikayetler de göz önüne alınarak oluşturulmaktadır. A ve E kurumlarında menülerle ve servisle ilgili tüketici görüşlerinin anket uygulamalarıyla alınmakta

olduğu bildirilmiştir. Diğer kurumlarda da tüketici görüşlerini almak üzere anket çalışmasını düşündüklerini, en kısa zamanda uygulamayı başlatacaklarını belirtmişlerdir.

Çizelge 4.2. Kurumlarda Menü Planlamasından Sorumlu Kişiler veya Birimler, Planlamada Göz Önüne Aldıklarını Belirttikleri Faktörler ve Karşılaştıkları Güçlükler

	KURUMLAR					
	A	B	C	D	E	F
Menü Planlama Sorumlusu	İnsan Kaynakları	İdari İşler Şefi	Güvenlik Şefi	Güvenlik Şefi	İnsan Kaynakları	İdari İşler Şefi
Menü planlanırken tüketici yönünden dikkat edilen noktalar	Alışkanlıklar Renk Uyumu Tat Uyumu Kıvam Uyumu Besin Değeri	Doyurucu Olması, Tat Uyumu, Alışkanlıklar, Enerji Verici Olması	Doyurucu Olması, Tat Uyumu, Alışkanlıklar, Enerji Verici Olması	Sevilen Yemeklere Ağırlık Verme Sağlığa Uygun Olması	Alışkanlıklar Renk Uyumu Tat Uyumu Kıvam Uyumu Besin Değeri	Doyurucu Olması, Tat Uyumu, Alışkanlıklar, Enerji Verici Olması
Menü planlanırken KBSÖ dikkat edilen noktalar	Mevsimsel Faktörler Maliyet Personel Servis	Mevsimsel Faktörler Maliyet Personel Servis	Mevsimsel Faktörler Maliyet Araç gereç	Mevsimsel Faktörler Maliyet Araç gereç	Mevsimsel Faktörler Maliyet Personel Servis	Mevsimsel Faktörler Maliyet Personel Servis
Menü Planlarken Karşılaşılan Güçlükler ve Sorunlar	Bütçe ve Maliyet Menü Değişikliği Yapılması	Bütçe ve Maliyet	Bütçe ve Maliyet	Bütçe ve Maliyet	Bütçe ve Maliyet	Bütçe ve Maliyet Menü Değişikliği Yapılması
Menü Denetimi	Anket	Yapılmıyor	Yapılmıyor	Yapılmıyor	Anket	Yapılmıyor

Kurumlara hizmet veren yemek fabrikalarında sınırlı menüler kullanılmaktadır. Sınırlı menülerde yemek servisi daha çabuk olur, yemek çeşidi sınırlı olduğundan hazırlama süresi de kısa olur, yemekler daha özenli bir şekilde hazırlanır, alınacak malzemeler stoklu çalışılabilir, atık ve israf azalır, yemeklerin ve servisin denetimi daha kolay olur. Bunun haricinde seçmeli menü uygulamalarında, müşterilerin hangi yemeği tercih edeceği tam olarak bilinmediğinden yemek sayıları değişebilmektedir.

Yemek fabrikalarında menü planlamasından sorumlu olan kişilerin hizmet verilen grubun özelliklerini iyi bilmesi gerekir. Gruptaki bireylerin mesleği, yaşı, cinsiyeti, bölgesel farklılıkları, dini gelenekleri, eğitim durumu vs. hakkında bilgi

sahibi olmalı; enerji ve besin ögesi gereksinimlerini çok iyi belirlemeli ve bunu menülerle sağlayabilmelidir. Ayrıca tüketicilerin tercihleri konusunda fikir sahibi olması ve bunları menü hazırlarken göz önüne alması yemek artıklarının oluşmasını önleyecektir.

Kurumlara gelen taslak menüler üzerinde düzeltme yapan kişilerin de menü planlamasıyla ilgili bilgilerinin olması gerekir. Genellikle bu kişilerin konuyla ilgili bilgilerinin olmaması nedeniyle yemek isimlerini, yemek gruplarını, yemeklerin içerisine giren malzemeleri, hazırlama şeklini vs. bilmemektedirler. Bu nedenle menülerde uygun düzeltme ve değişiklikleri yapamamaktadırlar. Aylık hazırlanan menülerde yemek fabrikaları bazen kuruma haber vermeden çeşitli nedenlerle değişiklik yapabilmektedirler. Yemek fabrikalarındaki yetkili kişi tarafından kurumlardaki yetkililerin önerileri de göz önüne alınarak menüler zaman zaman değiştirilebilmektedir. Değişiklik nedenleri genellikle mevsimsel şartlardan kaynaklanmaktadır (Örneğin menüde ıspanak olduğunda bir gün önce hava şartlarının kötü olması nedeniyle tarlaya girilememesi veya soğuktan ıspanakların donup kalitesinin düşmesi gibi). Yapılacak değişiklik kuruma haber verilse dahi kurumlar tarafından bu değişiklikler rahatsız edici olabilmektedir.

Menü planlamada bütçe ve maliyetin, en önemli unsurlar arasında olduğunu vurgulamak gerekir. Çünkü her kurum kendi bütçesinde personel yemeği için belli miktar para ayırmaktadır. Ayrılan bütçe aşılmadan kısıtlı bir bütçe ile en güzeli oluşturmaya çalışılmaktadır. Örneğin yemek fabrikası ile kurum arasındaki sözleşmede menüde 3 kap üzerinden anlaşma yapıldıysa 4. çeşidi istemeye hakkı yoktur. Mevsimsel faktörler bu konuda çok önemli bir yer tutmaktadır. Sebze ve meyvenin hem taze olması, hem ucuz olması hem de besin değerinin yüksek olması açısından mevsimsel şartlar göz önüne alınmalıdır. Servis araç gereçlerinin uyumu, servis yapacak personel için sunumun daha hızlı ve kaliteli olması demektir. Çünkü servis yapan personel ve yemeğe gelen personellerin hepsi zaman ile yarışmaktadır. Kısıtlı zamanları olduğundan en kısa zamanda en iyi kalitede servis yapmaya çalışmaktadırlar. Toplu beslenme yapılan yerlerdeki bireylerin servisle ilgili, göz zevki de tatmin edilmelidir. Bunun için servis personelinin kılık kıyafeti, temizliği, müşteriyle konuşma şekli, yemekleri sunum tarzı, yemekleri süslemesi vs.

yemekhaneye gelen bireyler için çok önemlidir.

4.4. Kurumların Menülerinin Günlük Menü Denetim Listesi İle Değerlendirilmesi

Kurumların menülerinin günlük menü değerlendirmesi ise subjektif yönden ve Kurum Beslenme Servisi Örgütü (KBSÖ) yönünden her gün için her bir kritere 1’den 5’e kadar puanlar verilerek (1= kötü, 2= zayıf, 3= orta, 4= iyi, 5= çok iyi) puanlanmıştır. Aylık olarak aldıkları puan (5x20 iş günü=100 puan) bulunmuş ve 4 ayın ortalaması alınmış; sonuçlar 100 puan üzerinden verilmiştir. Bu değerlendirmede puanlama yapılırken menünün uygulandığı gün ve bu menünün bir önceki ve sonraki günün menüsü arasındaki ilişkiye de bakılmıştır. Günlük menü denetim listesinde subjektif yönden (tat çeşitliliği, renk kombinasyonu, kıvam, örüntüsü) ve Kurumsal Beslenme Servisi Örgütü (KBSÖ) yönünden (Mevsimsel faktörler, araç-gereç yönünden, personel yönünden, servis edilme yöntemleri) değerlendirmesi yapılmıştır (Çizelge 4.3.).

Çizelge 4.3. Kurumların Menülerinin Günlük Menü Denetim Listesi ile Değerlendirilmesi

	KURUMLAR						ORTALAMA
	A	B	C	D	E	F	
Menülerin Subjektif Yönden Değerlendirilmesi							
Yemeklerin tat çeşitliliği yönünden uygunluğu	80.6 ^{ax}	80.2 ^a	82.0 ^a	83.2 ^a	85.6 ^a	82.6 ^a	82.4
Yemeklerin renk yönünden uygunluğu	74.6 ^a	73.6 ^a	75.0 ^a	76.6a ^a	72.4 ^a	72.0 ^a	74.0
Yemeklerin kıvam yönünden uygunluğu	70.8 ^a	73.2 ^a	73.8 ^a	74.2 ^a	74.0 ^a	75.0 ^a	73.6
Öğün örüntüsünün genel menü kurallarına uygunluğu	73.2 ^a	75.2 ^a	77.0 ^a	73.6 ^a	72.6 ^a	76.8 ^a	74.8
Menülerin KBSÖ Yönünden Değerlendirilmesi							
Menünün mevsimsel açıdan uygunluğu	71.2 ^a	72.2 ^a	71.0 ^a	70.6 ^a	72.0 ^a	74.6 ^a	71.8
Araç-gereç yönünden uygunluğu	76.2 ^a	77.0 ^a	75.0 ^a	76.0 ^a	76.0 ^a	73.0 ^a	75.6
Personelin iş yükü yönünden uygunluğu	76.8 ^a	77.2 ^a	75.8 ^a	75.2 ^a	74.2 ^a	73.8 ^a	75.6
Servis edilme yöntemleri yönünden uygunluğu	79.0 ^a	83.0 ^a	82.0 ^a	80.4 ^a	80.2 ^a	79.8 ^a	80.8

^xAynı satırda değişik harflerle gösterilen değerler arasındaki fark istatistiksel olarak önemlidir (p<0.05).

Kurumların menüleri subjektif ve KBSÖ yönünden değerlendirildiğinde aldıkları puanlar yönünden kurumlar arasında ve menülerin tüketicilere uygulandığı aylar arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır.

Kurumlarda uygulanan menülerin subjektif yönden incelenmesinde aldıkları ortalama puanlar; tat uyumunda %82.4, renk uyumunda %74.0, kıvam uyumunda %73.6, öğün örüntüsü uyumunda ise %74.8 olarak bulunmuştur. Acıılık, tuzluluk, tatlılık, ve ekşilik temel tat duyumlarıdır. Menülerde bulunan yiyeceklerde özellikle bir tadın ön plana çıkması istenmez. Bu yüzden de yiyeceğin içeriğine giren maddeler tat bakımından birbirlerini tamamlamalıdır. Puanlamada araştırmacı tarafından bu kriterler göz önüne alınmıştır (Çizelge 4.3.).

Menüler planlanırken farklı renklerdeki gıdalar menüye dahil edilmeli ve aynı renk tonundaki gıdalar kullanılmamalıdır. Ör: Sadece kırmızı soslardan hazırlanan yemeklerin aynı öğün içinde verilmesi doğru değildir. Renk yönünden incelendiğinde Adana bölgesinin tercihi olan salçalı yemeklerin fazla olması dikkati çekmiştir. Renk uyumunda genelde salçalı yemeklerden dolayı kırmızı renk hakim olmuştur. Firmalarda görülen olumsuzluklardan biri de pirinç pilavının çok sık tekrarlanması ve bunun renginin de ağırlık olarak beyaz olmasıdır. Aynı gruptan olan yemeklerde tekrar sıklığı olumsuzluklar arasında önemli yer tutmaktadır. Özellikle günler arasındaki değerlendirmede II. grup yemeklerin benzer renklerde olup sık tekrarlanması olumsuz olarak görülmüştür.

Kurumlarda uygulanan menüler KBSÖ yönünden değerlendirildiğinde firmaların almış oldukları ortalama puanlar; mevsimsel uygunluk %71.8, araç gereç uygunluğu %75.6, personelin iş yükü uygunluğu %75.6, servis edilme yöntemlerine uygunluğu %80.8'dir. Menü hazırlanırken mevsimsel özellikler göz önünde bulundurulmalıdır. Yiyecek kalitesinin yüksek, fiyatının da düşük olduğu aylar dikkate alınarak yemek seçimi yapılmalıdır. Yemeklerin insan bünyesine etkileri mevsimlere göre değişmektedir. Yazın sıcak günlerinde kızartmalar, bol baharatlı ve soslu yemekler, yağlı ve unlu yiyecekler sağlığa zararlıdır. Yemeklerin mevsime uygunluğu düşünülmeden sunulduğunda bireyler tarafından tüketilmeyebilir; bu da kurumlarda yemek artıklarını artırır ve maliyet kayıplarına yol açar (Çizelge 4.3.).

Araç gereçlerin çok fazla olması ya da düzensiz bir biçimde yerleştirilmesi işteki verimliliği azaltır. Araç gereçlerin ve gıda üretim alanlarının çok dikkatli bir biçimde planlanmasıyla, farklı üretim tekniği kullanılarak menülerin çeşitliliği arttırılabilir. Araç gerecin eksik olması durumunda, karlı ve isteği fazla olan bir yemeğin üretimi engellenmiş olur. Aynı araç-gereçle servisi sağlanacak yemekler menüde bir arada bulunmamalıdır. Personelin iş yükü dağılımında özellikle bahar ve yaz aylarında sebze yemeklerinin ön hazırlaması uzun ve zahmetli olmaktadır. Servis edilme şekilleri bakımından bir birine yakın olan yemekler tercih edilmemelidir.

4.5. Kurumların Menülerinin Genel Menü Denetim Listesi ile Değerlendirilmesi

Menülerin genel menü denetim listesi ile değerlendirilmesi Çizelge 4.4. de verilmiştir. Genel menü denetim listesinde I., II. ve III. grup yemeklerin dağılımı, maliyetinin birbirini izleyen günlere göre uygunluğu ve öğün örüntüsü araştırmacı tarafından incelenmiştir. Genel menü değerlendirmesinde her bir ayın menüsü her bir kritere 5-25 puan değerler (5= kötü, 10= zayıf, 15= orta, 20= iyi, 25= çok iyi) verilerek (25x4ay=100 puan) hesaplanmış ve sonuçlar 100 puan üzerinden verilmiştir.

Çizelge 4.4. Menülerin Genel Menü Denetim Listesi İle Değerlendirilmesi

Kriterler	KURUMLAR						ORTALAMA
	A	B	C	D	E	F	
I. Grup Yemeklerin Dağılımı	75.0 ^{ax}	70.0 ^a	85.0 ^a	75.0 ^a	80.0 ^a	90.0 ^a	79.2
II. Grup Yemeklerin Dağılımı	65.0 ^b	70.0 ^b	100.0 ^a	75.0 ^b	75.0 ^b	70.0 ^b	75.8
III. Grup Yemeklerin Dağılımı	80.0 ^a	85.0 ^a	95.0 ^a	85.0 ^a	70.0 ^a	90.0 ^a	84.2
Maliyet Dengesine Uygunluk	75.0 ^a	75.0 ^a	75.0 ^a	75.0 ^a	85.0 ^a	85.0 ^a	78.3
Örüntü ve Yemek Sıklığı Yönünden Uygunluk	70.0 ^a	80.0 ^a	85.0 ^a	90.0 ^a	80.0 ^a	90.0 ^a	82.5
ORTALAMA	73.0	76.0	88.0	80.0	78.0	85.0	

^xAynı satırda değişik harflerle gösterilen değerler arasındaki fark istatistiksel olarak önemlidir (p<0.05).

Kurumların menüleri genel menü denetim listesindeki kriterlerle değerlendirildiğinde, aldıkları puanlar yönünden kurumlar arasında ve menülerin

tüketicilere uygulandığı aylar arasında II. grup yemeklerin dağılımı dışında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır. II. grup yemeklerin dağılımı yönünden kurumlar arası farklılık istatistiksel açıdan önemli bulunmuştur. Duncan çoklu karşılaştırma testine göre C kurumunun diğer kurumlarla arasındaki farklılık önemli bulunmuştur ($p<0,05$) (Çizelge 4.4).

Kurumlarda uygulanan menülerin genel menü denetim listesi ile değerlendirilmesi sonucu uygunluk durumuna göre aldıkları puanlar; I., II., III. grup yemeklerin dağılımı sırasıyla %79.2, %75.8, %84.2 olup; maliyet dengesine uygunluğu %78.3, örüntü ve yemek sıklığı yönünden uygunluk %82.5 olarak bulunmuştur. 0-20 arası kötü, 20-40 arası zayıf, 40-60 arası orta, 60-80 arası iyi ve 80-100 arası çok iyi olarak puanlayacak olursak I.,II. grup yemeklerin dağılımı ve maliyet dengesine uygunluğu iyi; III. grup yemeklerin dağılımı ve örüntü ve yemek sıklığı yönünden uygunluk çok iyi olarak değerlendirilebilir.

I. grup yemeklerin günler arası dağılımı incelendiğinde iki gün üst üste et yemeği veya sebze yemeği gibi tekrarların yer aldığı gözlenmiştir. III. grup yemeklerin dağılımının daha uygun olduğu görülürken II. grup yemeklerin dağılımında da uygunsuzluklar olduğu belirlenmiştir. Örneğin; pirinç pilavının sık tekrarlandığı, nedeninin ise çok fazla sevilip müşteriler tarafından çok fazla talep edilmesi olarak açıklanmıştır. III. grup yemeklerde en fazla verilen de (anlaşma gereği 4. kap olarak verilen) yoğurt olmuştur. Yoğurt dışında tatlı ve meyveler daha düzenli olarak menüye yazıldığı için III. Grup yemeklerin dağılımı en yüksek puanı almıştır.

Ankara’da yapılan bir çalışmada diyetisyeni olan ve olmayan kurumların menülerinin subjektif ve KBSÖ yönünden değerlendirilmesi sonucu alınan puanların ortalamalarına bakıldığında diyetisyeni olan kurumların puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Acımiş, 1996). Menülerin hazırlanmasında toplu beslenme konusunda eğitim almış kişilerin görev alması menülerin daha başarılı olmasını ve tüketici memnuniyetinin artmasını sağlayacaktır. Bu araştırma kapsamındaki yemek fabrikalarında sorumlu gıda mühendisleri bulunmakta, fakat diyetisyen bulunmamaktaydı. Sorumlu gıda mühendisleri ise yetkisini tam olarak kullanamamaktaydı.

4.6. Kurumlarda Farklı Mevsimlerde Uygulanan Menülerin Ortalama Olarak Enerji ve Besin Öğeleri İçerikleri ile Bireylerin Gereksinimlerine Uygunluk Durumu

Araştırmaya alınan 6 kurumda uygulanan menülerin ortalama olarak sağladığı enerji ve besin öğeleri miktarları Çizelge 4.5. ve Çizelge 4.6. da verilmiştir.

Kurumların menülerinin ortalama olarak içerdiği enerji, karbonhidrat, protein, Fe, A vit., B₁ vit., niasin, C vit. miktarları yönünden kurum içi aylar arasında ve kurumlar arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır. Buna karşın, menülerin içerdiği yağ, Ca, B₂ vit. miktarları arasında kurum içi ve kurumlar arasında istatistiksel yönden önemli farklılıklar bulunmuştur ($p < 0.05$).

Çizelge 4.7. de araştırmaya alınan bireylerin yaş ve fiziksel aktivitelerine göre önerilen günlük enerji ve besin öğeleri gereksiniminin yarısı ile öğle yemeği menülerinin ortalama sağladığı enerji ve besin öğeleri miktarları verilmiştir. Menülerden sağlanan enerji ve besin öğeleri hesaplanırken ekmek dahil edilmediği için sonradan, çalışanların yaş ve cinsiyetlerine göre günlük önerilen ekmek istihkakının yarısı alınarak enerji ve besin değerleri hesaplanıp menüden sağlanan enerji ve besin öğelerine eklenmiştir. Yaş grubuna göre günlük önerilen ekmek miktarının yarısı erkeklerde 150 g, kadınlarda ise 125 g olarak alınmıştır (Baysal, 2002). Ekmeksiz ve ekmekli olarak menülerin sağladığı miktarların önerilen miktarlarla karşılaştırması yapılmış ve gereksinimi karşılayıp karşılamadığı belirlenmiştir. Buna göre ekmeksiz menüler erkeklerde enerji, protein, kalsiyum; kadınlarda kalsiyum gereksinimini karşılamaz iken, ekmekli hem erkek hem de kadın için kalsiyum dışında menülerin tüm gereksinimleri karşıladığı görülmüştür.

Menülerin sağladığı ortalama enerji değerlerine bakıldığında önerilene göre menülerin sağladığı ortalama enerjinin erkeklerde ekmeksiz olursa %1.77 eksik olduğu, ekmek eklendiğinde ise %26.77 fazla olduğu saptanmıştır. Kadınlarda önerilene göre menülerin sağladığı ortalama enerjinin %16.09 fazla olduğu, ekmek eklendiğinde ise %44.18 fazla olduğu görülmüştür. Menülerden sağlanan protein incelendiğinde erkeklerde ekmeksiz %5 eksik, ekmek eklendiğinde %24.65 fazla olduğu belirlenmiştir. Menülerden sağlanan kalsiyum ekmeksiz erkek ve kadınlarda %28.61 eksik olduğu; ekmek eklendiğinde ise erkeklerde %22.61, kadınlarda ise %23.61 eksik olduğu tespit edilmiştir.

Çizelge 4.5. Kurumların Menülerinin Sağladığı Ortalama Enerji ve Besin Öğeleri Miktarları

Enerji ve Besin Öğeleri	KURUMLAR						
	A	B	C	D	E	F	Menülerin Sağladığı Miktarlar
	Ort±SD (Min- Max)	Ort±SD (Min- Max)	Ort±SD (Min- Max)x	Ort±SD (Min- Max)	Ort±SD (Min- Max)	Ort±SD (Min- Max)	Ort±SD (Min- Max)
Enerji (Kal)	1194.68 ^a ±67,01 (1100.13-1245.62)	1267.94 ^a ±125,42 (1154.92-1447.41)	1369.39 ^a ±119,75 (1247.01-1527.32)	1319.66 ^a ±73,37 (1268.95-1428.51)	1235.87 ^a ±56,20 (1199.08-1319.44)	1275.25 ^a ±77,12 (1192.49-1364.83)	1277.13 ^a ±98,42 (1100.13-1527.32)
Protein (g)	36.21 ^a ±1,72 (34.58-38.16)	35.45 ^a ±2,52 (31.94-37.9)	41.45 ^a ±2,34 (38.32-43.98)	38.29 ^a ±4,09 (32.86-42.27)	37.97 ^a ±3,29 (34.40-42.28)	38.69 ^a ±2,47 (35.14-40.77)	38.01 ^a ±3,19 (31.94-43.98)
Karbonhidrat	141.73 ^a ±13,08 (126.32-156.86)	147.65 ^a ±19,57 (130.01-175.50)	149.29 ^a ±15,00 (132.64-167.14)	146.37 ^a ±9,13 (137.98-159.04)	140.22 ^a ±8,36 (130.94-151.21)	146.94 ^a ±18,34 (126.16-170.61)	145.37 ^a ±3,38 (126.16-175.50)
Yağ (g)	52.18 ^{ab} ±0,86 (51.07-52.89)	56.03 ^{abc} ±2,59 (53.70-59.67)	59.87 ^a ±1,82 (58.56-62.53)	57.80 ^{ab} ±2,63 (54.68-60.67)	55.14 ^{bc} ±4,84 (49.93-60.59)	55.37 ^{bc} ±0,99 (54.40-56.52)	56.07±13,29 (49.93-62.53)
Ca (mg)	300.34 ^b ±38,48 (248.65-341.54)	362.28 ^a ±25,34 (330.18-387.64)	361.06 ^a ±39,31 (307.70-394.41)	396.16 ^a ±10,64 (381.29-405.13)	355.87 ^a ±42,08 (300.24-397.55)	366.05 ^a ±10,51 (355.89-376.69)	356.96±39,82 (248.65-405.13)
Fe (mg)	9.59 ^a ±0,77 (8.73-10.55)	9.84 ^a ±1,22 (9.05-11.65)	10.82 ^a ±0,87 (9.99-11.58)	10.19 ^a ±0,66 (9.49-11.04)	9.88 ^a ±0,49 (9.22-10.40)	10.17 ^a ±0,79 (9.21-11.04)	10.08 ^a ±0,84 (8.73-11.65)
A vitamini (IU)	1997.62 ^a ±237,42 (1725.94-2263.82)	2000.10 ^a ±436,33 (1655.74-2592.57)	2460.82 ^a ±387,24 (2110.33-2907.86)	2494.89 ^a ±722,89 (1926.75-3535.84)	2230.17 ^a ±251,17 (1871.55-2441.44)	2357.23 ^a ±336,57 (1935.31-2731.29)	2256.81 ^a ±430,15 (1655.74-3535.84)
B₁ vitamini (mg)	0.70 ^a ±0,08 (0.59-0.78)	0.77 ^a ±0,08 (0.67-0.87)	0.82 ^a ±0,05 (0.76-0.87)	0.78 ^a ±0,02 (0.77-0.81)	0.73 ^a ±0,03 (0.70-0.76)	0.77 ^a ±0,04 (0.72-0.82)	0.76 ^a ±0,06 (0.59-0.87)
B₂ vitamini (mg)	0.74 ^b ±0,07 (0.64-0.82)	0.81 ^{ab} ±0,07 (0.71-0.86)	0.84 ^a ±0,05 (0.76-0.89)	0.87 ^a ±0,05 (0.82-0.93)	0.82 ^a ±0,05 (0.75-0.88)	0.86 ^a ±0,01 (0.85-0.87)	0.82±0,07 (0.64-0.93)
Niasin (mg)	14.16 ^a ±2,26 (12.74-17.52)	14.16 ^a ±3,64 (10.00-18.85)	16.03 ^a ±1,27 (15.01-17.79)	14.20 ^a ±1,63 (11.92-15.72)	13.94 ^a ±0,96 (13.23-15.34)	15.09 ^a ±0,73 (14.36-16.05)	14.59 ^a ±1,92 (10.00-18.85)
C vitamini (mg)	91.35 ^a ±32,26 (53.85-132.14)	85.72 ^a ±23,23 (71.61-120.29)	92.76 ^a ±21,73 (71.37-122.64)	75.55 ^a ±11,10 (64.86-89.56)	84.27 ^a ±4,77 (78.36-88.49)	88.99 ^a ±15,89 (72.90-110.62)	86.44 ^a ±18,80 (53.85-132.14)

^xAynı satırda değişik harflerle gösterilen değerler arasındaki fark istatistiksel olarak önemlidir (p<0.05). SD = Standart sapma

Çizelge 4.6. Kurumlarda Uygulanan Menülerin Ortalama Olarak Enerji ve Besin Öğeleri Miktarları (g) ve Enerjinin Karbonhidrat, Protein ve Yağdan Gelen % Oranları

KURUM ADI	ENERJİ (Kal) Ort±SD	KARBONHİDRAT		PROTEİN		YAĞ	
		g	%	g	%	g	%
F KURUMU	1275.25±77,12	146,94	47,37	38,69	12,47	55,37	40,16
E KURUMU	1235.87±56,20	140,22	46,39	37,97	12,56	55,14	41,05
D KURUMU	1319.66±73,37	146,37	46,51	38,29	12,17	57,80	41,32
C KURUMU	1369.39±119,75	149,29	45,87	41,45	12,74	59,87	41,39
B KURUMU	1267.94±125,42	147,65	47,76	35,45	11,47	56,03	40,78
A KURUMU	1194.68±67,01	141,73	47,99	36,21	12,26	52,18	39,75
KURUMLARIN GENEL ORT.	1277.13±98,42	145,20	46,94	38,01	12,29	56,06	40,77

Çizelge 4.7. Tekstil Sektöründe Hizmet Veren Kurumlarda Uygulanan Menülerin Sağladığı Ortalama Enerji ve Besin Öğeleri Miktarları (Ekmeksiz ve Ekmek Eklendiğinde) ile Orta Dereceli Fiziksel Aktiviteye Sahip Bireylere Öğle Öğünü İçin Önerilen Gereklik Miktarları

Enerji ve Besin Öğeleri	ERKEK*			KADIN*		
	Önerilen*	Ortalama Olarak Menülerin Sağladığı Miktarlar (Ekmeksiz)	**Menü+Ekmek	Önerilen*	Ortalama Olarak Menülerin Sağladığı Miktarlar (Ekmeksiz)	**Menü+Ekmek
Enerji (Kal)	1300	1277.13±98,42	1648	1100	1277.13±98,42	1586
Protein (g)	40	38.01±3,19	49,86	35	38.01±3,19	47,89
Ca (mg)	500	356.96±39,82	386,96	500	356.96±39,82	381,96
Fe (mg)	5	10.08±0,84	12,03	7,5	10.08±0,84	11,71
A vitamini (IU)	2000-2500	2256.81±430,15	2257	2000-2500	2256.81±430,15	2257
B ₁ vitamini (mg)	0.60	0.76±6,29	1,14	0.55	0.76±6,29	1,07
B ₂ vitamini (mg)	0.65	0.82±6,66	0,91	0.60	0.82±6,66	0,90
Niasin (mg)	8	14.59±1,92	17,74	7	14.59±1,92	17,22
C vitamini (mg)	30	86.44±18,80	86,44	37,50	86.44±18,80	86,44

* 19-65 yaş Erkek-Bayan için önerilen günlük enerji ve besin öğeleri gereksiniminin 1/2'si

** 19-65 yaş Erkek-Bayan için önerilen günlük ekmek miktarının 1/2'si (Saldamlı,1998 ; Baysal, 2002)

Bu çalışmada kadınlarda ekmek eklenmeden dahi menülerin enerji miktarının fazla olduğu, ekmek eklendiğinde ise hem kadın hem de erkeklerde gereksinimin oldukça üzerine çıktığı belirlenmiş olup bir öğünde fazla miktarda enerji alınması çalışanların verimini arttırmayacağı gibi böyle bir beslenme şeklinin hem iş kazaları-verimlilik açısından hem de kalp damar hastalıkları açısından işçilerin sağlığını olumsuz yönde etkileyebilecektir. Bu durumda tüketicilerin gereksinimlerine göre ekmek miktarlarını ayarlamaları; kadınların hiç ekmek tüketmemeleri, erkeklerin ise ekmeği çok az tüketmeleri önerilebilir.

Menülerin içerdiği yağ miktarlarının kurumlar arasında istatistiksel açıdan önemli ölçüde farklı olduğu bulunmuştur. Duncan çoklu karşılaştırma testine göre, E ve F kurumları arasındaki farklılık önemsiz; ancak diğer kurumlar arasındaki farklılık önemli bulunmuştur ($p<0,05$). En yüksek değer C fabrikasında (59.87 g), en düşük değerin ise A fabrikasında (52.18 g) olduğu belirlenmiştir.

Önerilen enerji miktarına göre yağdan gelen enerji oranı %25 olduğunda menüden alınması gerekli yağ miktarı, erkeklerde 36.11g, kadınlarda 30.55g olarak hesaplanmıştır. Buna göre menülerden sağlanan yağ miktarlarının, ekmek eklemekten gereksinimden erkeklerde %35.59 fazla olduğu; kadınlarda %45.50 fazla olduğu saptanmıştır. Karbonhidrattan gelen enerji oranı %60 olduğunda ,menüden alınması gereken karbonhidrat miktarı, ekmek eklemekten erkeklerde 195g, kadınlarda 165g. olarak hesaplanmıştır. Menülerin karbonhidrat miktarının tüketicilerin gereksinimlerine göre ekmeksiz olarak yetersiz olduğu belirlenmiştir (Çizelge 4.6.). Ekmek eklendiğinde ise karbonhidrat gereksinimi fazlasıyla karşılanabilmektedir.

Dengeli menülerde enerjinin %55-60'ı karbonhidratlardan, %10-15'i proteinlerden, %20-25'i yağlardan sağlanması önerilmektedir (Baysal, 2002). Yapılan bu araştırmada ortalama olarak ekmeksiz menünün enerjisinin besin öğelerinden gelen oranları incelendiğinde, proteinden gelen oranın %12.29, yağdan gelen oranın %40.77, karbonhidrattan gelen oranın ise %46.94 olduğu belirlenmiştir (Çizelge 4.6.). Görüldüğü gibi yağdan gelen oran önerilenin oldukça üzerinde olup karbonhidrattan gelen oran düşüktür. Menüye ekmek eklendiğinde ise enerjinin yağdan gelen oranı kadınlarda %33.25'e, erkeklerde ise %32.10'a değişmektedir.

Her iki durumda da enerjinin yağdan gelen oranı yüksektir. Öğle öğününe ait menülerin enerjisinin aşırı ve dengesiz olduğu, uygun düzenlemelerin yapılması gerektiği saptanmıştır.

Menülerden sağlanan kalsiyum miktarları incelendiğinde kurumlar arası fark istatistiksel açıdan önemli bulunmuş ($p<0,05$), Duncan çoklu karşılaştırma testine göre B, C, D, E, F kurumları arasındaki farklılık önemsiz bulunmuş iken bunların A firması ile aralarındaki farklılık önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Kalsiyumun erkeklerde ve kadınlarda ekmeksiz %28,61 eksik olduğu; ekmek eklendiğinde erkeklerde %22.61, kadınlarda %23.61 eksik olduğu tespit edilmiştir. Kalsiyum miktarı en yüksek olanın D firması olduğu (396.16 mg), en düşük miktarın da A firmasının da (300.34 mg) olduğu belirlenmiştir. Menülerde kalsiyumun en iyi kaynakları olan süt ve türevlerine; yeşil yapraklı sebzelere daha fazla yer vererek bu eksiklik giderilebilecektir.

Menülerden sağlanan B₂ vit. incelendiğinde kurumlar arası farklılık önemli bulunmuş. C, D, E, F kurumları arasındaki farklılık önemsiz; ancak bu kurumların A ve B kurumları ile arasındaki farklılık önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Kurumların uygulamış olduğu menülerin sağladığı diğer enerji ve besin öğeleri incelendiğinde gereksinimlerini fazlasıyla sağlayabildikleri belirlenmiştir.

Endonezyalı 571 inşaat işçisinin beslenme ve sağlık durumlarının araştırıldığı bir çalışmada, işçilerin genellikle yetersiz beslendiği belirtilmiştir. Ayrıca tüm işçilerde A, C, B grubu vitaminlerin ve kalsiyumun yetersizlik belirtilerine rastlanmıştır (Özarslan, 1981).

Adana’ da 1990 yılında bir tekstil fabrikasında yapılan çalışmada, işçilerin işyerinde yedikleri bir öğün yemeklerden ortalama alıkları enerjinin 1424.48 Kal. olduğu belirtilmiştir (Yapılan bu çalışmada ekmek dahil edilmemiştir). Bu enerjinin %60.5’i karbonhidratlardan, %15.1’i proteinlerden, %24.4’ünün yağlardan sağlandığı bulunmuştur. Günlük enerji ihtiyacının karbonhidratlardan gelen miktarının istenilen değere yakın olduğu, proteinlerden gelen miktarın ve yağlardan gelen miktarın eksik sağlandığı tespit edilmiştir. İşçilerin işyerinde, 1 öğün yemekten sağladıkları enerji, işyerinin; bobin, iplik ve hazırlık bölümünde çalışanlarla, yardımcı işletmelerde çalışan kadın işçilerin, enerji gereksinimlerini karşıladığı, fakat

erkek işçilerin enerji gereksinimini tam olarak karşılamadığı saptanmıştır (Canbolat, 1990). Buna yakın bir çalışmada 1973 yılında Ankara Mamak Gaz Maske Fabrikasında (Güneyli, 1973) yapılmıştır. Bu fabrikada çalışan işçilere 1 öğün yemek verildiği, bir kısım fiziksel aktivitesi fazla olup enerji ihtiyacı da buna bağlı olarak fazla olan işçilerin bir kısmının, enerji ve besin öğeleri ihtiyacının karşılanamadığı saptanmıştır.

Ankara’da (Acımiş, 1996) tarafından yapılan araştırmada kurumlar arasında menülerin sağladığı enerji, protein, yağ, Fe, B₁, B₂, Niasin, C vit. miktarları arasında istatistiksel açıdan önemli fark bulunmuş ($p < 0.05$); diğer besin öğelerinde ise önemli bulunmamıştır. Diyetisyeni olan kurumların sağladığı enerji orta dereceli fiziksel aktivite yapanlar için günlük önerileni karşıladığı, diyetisyeni olmayan kurumların menülerinin sağladığı enerji miktarı önerilenin yarısından fazla olduğu saptanmıştır. Menülerden sağlanan protein; diyetisyeni olan kurumlarda günlük gereksinimin %49’unu karşılarken, diyetisyeni olmayan kurumlarda günlük gereksinimin %56.8’ini karşıladığı belirtilmiştir. Menülerden sağlanan enerjinin yağdan gelen oranı diyetisyeni olan kurumlarda %32.2, diyetisyeni olmayan kurumlarda ise %34.9 olduğu belirtilmiştir. Toplu beslenme konusunda eğitim almış kişilerin yapmış olduğu menülerden sağlanan enerji ve besin öğelerinin gereksinimi karşılaması bu konuda alınan eğitimin önemini vurgulamaktadır. Yaptığımız bu çalışmada, yemek fabrikalarındaki gıda mühendisleri bulunmakla birlikte, kurumlarda eğitim almamış kişilerin menülere müdahaleleri ve çalışanların gereksinimleri düşünülmeden menü planlandığı için menülerin dengesiz olduğu belirlenmiştir.

Besinlerin bileşiminde bulunanlara görünmez yağ, dışardan yağ olarak ilave ettiklerimize de görünür yağ denilmektedir. Yağların 1/3’ü bitkisel sıvı yağlardan, 1/3’ü zeytin yağından, 1/3’ü de katı yağlardan temin edilmesi önerilmektedir. Yağdan gelen enerji oranı % 25’i geçmemelidir. Kurumlarda uygulanan menüler incelendiğinde, I. grup yemeklerde toplam yağ miktarının görünür yağdan gelen oranları sebzeli et yemeklerinde %60-70; sebzesi az olan et yemeklerinde bu oran %30-40, sebze yemeklerinde %55-65, II. grup yemeklerde ise bu oran %70-80 (%66.6’sı bitkisel sıvı yağ, %33.4’ü margarin olmak üzere); III. grup yemeklerden tatlılarda %85-95 olduğu bulunmuştur.

Menülerdeki yağ oranını azaltmak için ise kızartma gerektiren yiyeceklerin daha az menüde yer alması veya yemek pişirme yöntemlerinin değiştirilmesi gerekmektedir. Kızartma yerine haşlama yapılabilir; yalnız özellikle sebzelerde, kurubaklagillerde haşlama suyunun dökülmemesine dikkat etmelidir. Yiyeceklerin fırınlanması da yemeklere ayrı bir lezzet sağlamaktadır. Tüketicilerin ağız tadını bozmadan gerekli düzenlemeler yapılarak yağ oranı ayarlanabilir. Günlük gereksinimden fazla yağ almak şişmanlığa, kanser ve kalp damar hastalıklarına karşı duyarlılığı artırmaktadır. Günümüzde, şişmanlık bir çok hastalığın hazırlayıcısı olarak kabul edilmektedir. Kalp damar, şeker, romatizma, safra kesesi hastalıkları, tansiyon yüksekliği ve beyin kanamalarının şişmanlarda normal kilolulara göre daha sık görüldüğü saptanmıştır. Bunun sonucu olarak da şişman kişilerin yaşam süresi daha az olur (Baysal, 2002).

Adana'nın Doğankent Beldesinde bir tekstil firmasında yapılan çalışmada işçilerin büyük çoğunluğunun (%82.5) orta üstü işlerde çalıştıkları belirtilmiştir. İşçilerin yaptıkları işe ve cinsiyetlerine göre günlük enerji gereksinimlerinin ortalama değeri incelendiğinde; erkeklerin 2830.8 kkal iken, kadınlarınki ise 2129.06 kkal olarak bulunmuştur. Bu fabrikada çalışan işçilerin ortalama enerji gereksinimleri 2500 kkal'dir. İşyerinde yarısının verilmesi standartlarına uygunluk açısından 1200-1500 kkal olması gerekirken verilen menülerin enerji ortalamasına bakıldığında 2000.95 kkal olduğu görülmüştür. Bu da günlük gereksinimin %81.8'ine tekabül ettiği görülmüştür. Bir öğünde bu kadar yüklü şekilde besin öğelerinin çalışanlara verilmesi verimi arttırmayacağı gibi böyle bir beslenme şeklinin hem iş kazaları-verimlilik açısından hem de kalp damar hastalıkları açısından işçilerin sağlığını son derece olumsuz etkileyeceğine ilişkin verilerin de bulunduğu tespit edilmiştir. Ayrıca işyerinde verilen öğle yemeklerinde enerjinin ortalama %52.3'ü karbonhidratlardan, %12.53'ü proteinlerden, %36.2'si yağlardan karşılandığı bulunmuştur. Bu değerlere bakıldığında öğle yemeklerinin karbonhidrat oranının düşük, yağ oranının yüksek olduğu göze çarpmıştır. Diğer besin öğeleri alımı incelendiğinde, işçilerin protein ve karbonhidratı önerilen düzeyde aldığı, kalsiyum ve tiamini günlük gereksinimin altında alırken, riboflavin ve demiri önerilen miktarlarda, vitamin A, C ve niasini ise gereksinimin üzerinde aldıklarını bulmuşlardır (Tanır, 2001).

İstanbul Tuzla Tersanesinde çalışan işçilerde yapılan bir çalışmada işçilerin öğlen menülerinden aldıkları enerji ortalaması 1237 kkal olarak bulunmuş ve bunun %56.4'ü karbonhidrattan, %30.3'ü yağdan, %13.3'ünde proteinden sağlandığını tespit etmişlerdir. Önerilene göre enerjinin %32.9'u, kalsiyumun %30.0'ı, A vitamininin %48.6'sı, C vitamininin %37.1'i, niasinin %32.9'u, B₂ vitaminin de %20.0'ının eksik alındığını, %44.3'ünün de demiri fazla aldıklarını tespit etmişlerdir (Köse, 2004).

Kurumlarda uygulanan diyetlerden sağlanan diğer besin öğelerinin ortalama miktarları incelendiğinde bir çoğunun önerilen miktarlardan yüksek olduğu saptanmıştır. Buna karşın kalsiyumun erkek ve kadınlarda; proteinin erkeklerde gereksinimine göre düşük olduğu bulunmuştur. Bu besin öğeleri eksikliği bir çok hastalık oluşumuna neden olabilmektedir. Bireylerin sadece yemekhanede beslenmeyip iş dışında da beslendikleri göz önüne alındığında fazla alınan besin öğelerinin dengelenebileceği düşünülmektedir. Ekonomik gelir düştükçe evde beslenmeye ayrılan pay da azalmaktadır. Yetersiz alınan besin öğeleri önemli sorun yaratabilir. Kalsiyum kaynağı süt ve süt ürünleri tüketim alışkanlığı da artırılmalıdır. Mümkünse öğün içerisinde süt ve süt ürünleri artırılabilir. Örneğin tatlılardan sütlü tatlılara daha fazla yer verilebilir, dinlenme saatlerinde ayran verilebilir. Bu yaklaşım ile hem protein alınmış hem de kalsiyum alınmış olur.

Araştırmaya alınan kurumlarda yaş ortalaması erkeklerde (33.2±7.2), kadınlarda ise (34.3±7.7) olduğundan orta yaşta sayılmaktadırlar. Beden kitle indeksine ortalamalarına göre ise hafif şişman gruba girmektedirler. Yaşlarının ilerlemesi ve diyetle aldıkları enerji ve yağ miktarlarını azaltmadıkları takdirde kilo almaları kaçınılmazdır. Yaşın ilerlemesiyle birlikte bir de fiziksel aktivitede azalma olduğu düşünülürse bireylerde kilo alma daha da hızlanacaktır. Fiziksel aktiviteleri artırarak ve menülerden aldıkları yağları azaltarak kilo almayı durdurabilirler.

4.7. Araştırmaya Alınan Kurumlardaki Bireylerin Genel Özellikleri

Çizelge 4.8. de görüleceği gibi benzer sektöre hizmet veren, farklı yemek fabrikalarından toplu beslenme hizmeti alan 6 farklı kurumda yapılan bu çalışmada, ayrıca tabakalı rastgele örnekleme yöntemiyle çalışanlardan 195 erkek (%78) ve 55

kadın (%22) olmak üzere toplam 250 kişi alınarak anket çalışması yapılmıştır. Araştırmaya alınan bireylerin yaşı, kilosu, boyu, beden kitle indeksi (BKİ) ve ideal ağırlıkları Çizelge 4.8.'de verilmiştir. Araştırmaya alınan kurumlarda yaş ortalaması erkeklerde (33.2 ± 7.2), kadınlarda ise (34.3 ± 7.7) olarak bulunmuştur. Vücut ağırlığı ortalaması erkeklerde (77.8 ± 10.5 kg), kadınlarda (64.3 ± 8.2 kg) olarak hesaplanmıştır BKİ' ne göre 20.0-24.9 arası normal, 25.0-29.9 arası hafif şişman, 30.0 ve üzeri ise şişman olarak tanımlanmaktadır (Baysal, 2002). Bu kriterler dikkate alındığında erkeklerin ortalama BKİ değerlerinin hafif şişman grubuna girdiği, kadınların ise normalin üst sınırında olduğu görülmektedir.

Adana'da 1990 yılında yapılan bir çalışmada çalışan kadınların erkeklerden daha zayıf olduğu ve her iki cinsinde yaşı arttıkça BKİ'nin arttığı bulunmuştur. İşçilerin BKİ erkeklerde ortalama (23.77 ± 3.2), kadınlarda (22.12 ± 3.2) olarak bulunmuş ve BKİ'nin cinsler arasındaki istatistiksel olarak önemli farklılık olduğu saptanmıştır. Bireylerin BKİ'leri aylık besin harcamalarına göre incelendiğinde; besinlere ayrılan para arttıkça BKİ'lerinin de bir miktar artmakta olduğu fakat aralarındaki farkın istatistiksel anlamda önemli olmadığı belirtilmiştir (Canbolat, 1990).

Bu kurumlarda çalışan orta dereceli fiziksel aktivite yapan bireylerin 19-65 yaş arasında BKİ' nin 20.0-24.9 arasında olması, öğle öğünü için enerji gereksinimlerinin erkeklerde 1300 Kal., kadınlarda 1100 Kal. olması ve bu enerjinin dengeli menülerde %55-60'nın karbonhidratlardan, %10-15'nin proteinlerden, %20-25'nin yağlardan sağlanması gereklidir (Baysal, 2002). Bunu işyerinde sağlayamıyorsa, enerji ve besin eksikliklerini işyeri dışında tamamlamalıdır. Bireyler kendilerinin doktoru olmalı ve vücut ağırlık kontrollerini belirli aralıklarla yapmalıdırlar. Çalışma ortamında yeterli fiziksel aktivite yapamıyorlarsa iş yerinin dışında aktivitelerini artırarak ideal ağırlıklarını korumalıdırlar.

Yapılan bu çalışmada personelin eğitim durumuna göz atıldığında %14.8'i İlkokul, %22'si orta okul, %48.4'ü lise, %14.8 ise yüksek okul mezunu olduğu görülmüştür. Okuryazar olmayan personele rastlanmamıştır (Çizelge 4.9.).

Çizelge 4.8. Kurumlarda Anket Uygulanan Bireylerin Genel Özellikleri

BİREYLERİN ÖZELLİKLERİ	KURUMLAR													
	A (n=59)		B (n=31)		C (n=66)		D (n=22)		E (n=33)		F (n=39)		TOPLAM (n=250)	
	E (n=48)	K (n=11)	E (n=22)	K (n=9)	E (n=49)	K (n=17)	E (n=17)	K (n=5)	E (n=27)	K (n=6)	E (n=32)	K (n=7)	E (n=195)	K (n=55)
	Ort (Min-Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)	Ort (Min- Max)
Yaş (Yıl)	33.0±6.9	35.5±5.6	30.0±7.6	37.6±10.0	33.3±7.5	32.0±7.6	32.4±7.1	34.4±12.1	33.9±6.8	34.5±5.7	35.4±7.0	33.9±5.8	33.2±7.2	34.3±7.7
Vücut Ağırlığı (Kg)	77.4±11.2	65.4±7.3	72.7±7.9	64.0±9.1	78.9±9.7	62.8±10.1	79.2±9.7	66.4±6.5	80.2±11.2	63.5±7.2	77.7±11.5	66.0±7.3	77.8±10.5	64.3±8.2
İdeal Ağırlık (Kg)	65.0±4.1	53.8±2.8	64.1±3.9	52.0±2.4	66.6±4.7	54.9±3.8	64.8±3.2	57.6±1.4	65.9 ±4.9	55.7±4.1	64.6±3.6	54.4 ±4.1	65.3±4.3	54.5±3.5
Boy Uzunluğu (cm)	171.8±5.5	160.0±4.1	170.6±5.1	157.3±3.7	173.9±6.2	161.4±5.3	171.5±4.1	165.6±2.1	173.0±6.7	162.8±5.9	171.3 ±4.8	160.9 ±6.2	172.2±5.7	160.9±5.1
BKİ	27.3±2.4	25.2±2.3	25.3±2.8	25.6±2.5	26.8±2.2	24.1±2.7	26.9±2.5	24.7± 2.3	28.1±2.6	23.6 ±2.2	27.1 ±2.4	26.7±2.5	26.9±2.5	24.9±2.4

Çizelge 4.9. Araştırmaya Alınan Bireylerin Öğrenim Durumlarına Göre Dağılımları

ÖĞRENİM DURUMU	ERKEK		KADIN		TOPLAM	
	SAYI	%	SAYI	%	SAYI	%
İLKOKUL	31	15.9	6	10.9	37	14.8
ORTAOKUL	39	20.0	16	29.1	55	22.0
LİSE	95	47.3	26	47.3	121	48.4
YÜKSEKOKUL	30	15.4	7	12.7	37	14.8

4.8. Kurumlarda Çalışan Bireylerin Yemek Çeşitlerini Tercih Durumları

Yemek çeşitlerini tercih açısından, kadın ve erkek çalışanlar (tüketiciler) arasında istatistiksel açıdan önemli bir farklılık bulunmamıştır.

Kurumlarda araştırmaya alınan bireylerin yemek çeşitlerini tercih durumları Çizelge 4.10.'da verilmiştir. Tüm kurumlarda bireyler tarafından etli-kıymalı sebze yemeklerinin en fazla tercih edilen yemek çeşidi olduğu belirlenmiştir (%96.8). Buna birlikte; en az tercih edilen yemek çeşidinin yoğurt-cacık (%31.6) olduğu saptanmıştır. Yoğurt ve cacığın tercih edilmeme nedenlerinden biri menülerde 4. kap olarak zorunlu verilmesi, ikinci nedeninin de yoğurt kalitesinin tüketicilerin isteğine uyumlu olmaması (yoğurt kalitesinin düşük olması) olarak düşünülmektedir.

Araştırmaya alınan kurumlardaki bireylerin en çok tercih ettikleri yemeklerden daha az tercih edilenlerine doğru sıralayacak olursak; I. grupta, etli-kıymalı sebze yemekleri (%94.9-100.0), et yemekleri (%72.7-%80.6), etli-kıymalı kurubaklagil yemekleri (%58.1-%67.8); II. grupta, pilavlar (%81.8-%96.8), çorbalar (%48.7-%79.7), zeytinyağlılar (%46.2-58.1), makarnalar (%43.9-%59.1), börekler (%37.9-%51.6), III. grupta, turşu (%84.7-%100.0), meyveler (%79.7-%93.5), salata (%80.6-91.5), tatlı (%75.8-%83.9), komposto-hoşaf (%40.7-%77.3), yoğurt-cacık (%21.2-%94.9) olduğu saptanmıştır. Bu araştırmada anket uygulanan kişilerin yemek

grupları ve isimleri konusunda bilgi sahibi olmadıklarından etli-kıymalı sebze yemekleri fazla sayıda tercih ettikleri düşünülmektedir.

Yemek çeşitleri açısından karşılaştırıldığında, kurumlardaki bireyler tarafından II. yemek grubundan (çorba, pilav, makarna, börek ve zeytinyağlılar) en fazla pilav tercih edilmiştir. III. yemek grubundan ise (salata, tatlı, meyve, yoğurt-cacık, komposto-hoşaf, turşu) B, C, D, E ve F firmalarında daha çok salata ve meyveler tercih edilirken, A firmasında ise yoğurt-cacık tercih edilmiştir (Çizelge 4.10.). Bunun nedeninin, özellikle B, C, ve E firmalarında menü içerisinde yer alan yoğurt-cacığın anlaşma gereği menü de 4. kap olarak zorunlu olarak verilmesinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Tatlı, komposto-hoşaf ve turşu ise araştırmaya alınan tüketiciler tarafından daha az tercih edilmiştir.

Ankara’da yapılan bir araştırmada 400 kişilik bir araştırma grubuna bakıldığında ise sevilen yemeklerin meyveler (%91.0), çorbalar (%90.5), tatlılar (%87.5), ve yoğurt-cacık (%86.7) grubu olarak sıralandığı; sevilmeyen yemeklerin ise komposto/hoşaf (%45.5), turşu (%39.0), etli/kıymalı kurubaklagil yemekleri (%39.0) ve makarnalar (%33.0) olarak sıralandığı saptanmıştır (Acımiş, 1996).

4.9. Kurumlarda Tercih Edilmediği Belirlenen Yiyecek Çeşitlerinin Menülerde Aylara Göre Verilme Sıklığı

Kurumlarda tercih edilmediği belirlenen yiyecek çeşitleri (Komposto-Hoşaf, Zeytinyağlı, Kurubaklagil, Çorba, Yoğurt-Cacık, Makarna ve Börek) ve kurum menülerinde aylara göre verilme sıklığı çizelge 4.11.'de verilmiştir. Kurumlarda tercih edilmediği belirlenen yiyecek çeşitlerinin, menülerde verilme sıklığı ile ilgili aylara göre (Şubat, Mayıs, Ağustos, Kasım) kadın ve erkekler arasındaki farkın önemli olmadığı bulunmuştur.

Çizelge 4.10. Kurumlarda Çalışan Bireylerin Yemek Çeşitlerini Tercih Durumları

Yemek Çeşitleri		Et Yemekleri	Etli/Kıymalı Sebze Yemekleri	Etli/Kıymalı Kurubaklagil Yemekleri	Çorbalar	Pilavlar	Makarnalar	Börekler	Zeytin Yağlılar	Salatalar	Tatlılar	Meyveler	Yoğurt/ Cacık	Komposto/ Hoşaf	Turşu	
Kurum Adı	Tercih Durumu															
A (n=59)	+	S	43	56	40	47	50	27	23	28	54	48	47	56	24	50
		%	72.9	94.9	67.8	79.7	84.7	45.8	39.0	47.5	91.5	81.4	79.7	94.9	40.7	84.7
	-	S	16	3	19	12	9	32	36	31	5	11	12	3	35	9
		%	27.1	5.1	32.2	20.3	15.3	54.2	61.0	52.5	8.5	18.6	20.3	5.1	59.3	15.3
B (n=59)	+	S	25	30	18	18	30	17	16	18	25	26	29	8	20	31
		%	80.6	96.8	58.1	58.1	96.8	54.8	51.6	58.1	80.6	83.9	93.5	25.8	64.5	100
	-	S	6	1	13	13	1	14	15	13	6	5	2	23	11	0.0
		%	19.4	3.2	41.9	41.9	3.2	45.2	48.4	41.9	19.4	16.1	6.5	74.2	35.5	0.0
C (n=66)	+	S	51	65	44	37	54	29	25	33	56	54	57	20	47	64
		%	77.3	98.5	66.7	56.1	81.8	43.9	37.9	50.0	84.8	81.8	86.4	30.3	71.2	97.0
	-	S	15	1	22	29	12	37	41	33	10	12	9	46	19	2
		%	22.7	1.5	33.3	43.9	18.2	56.1	62.1	50.0	15.2	18.2	13.6	69.7	28.8	3.0
D (n=22)	+	S	16	22	15	14	20	13	11	12	19	17	18	9	17	22
		%	72.7	100.0	68.2	63.6	90.9	59.1	50.0	54.5	86.4	77.3	81.8	40.9	77.3	100.0
	-	S	6	0	7	8	2	9	11	10	3	5	4	13	5	0.0
		%	27.3	0.0	31.8	36.4	9.1	40.9	50.0	45.5	13.6	22.7	18.2	59.1	22.7	0.0
E (n=33)	+	S	24	32	21	21	31	17	17	19	29	25	29	7	24	31
		%	72.7	97.0	63.6	63.6	93.9	51.5	51.5	57.6	87.9	75.8	87.9	21.2	72.7	93.9
	-	S	9	1	12	12	2	16	16	14	4	8	4	26	9	2
		%	27.3	3.0	36.4	36.4	6.1	48.5	48.5	42.4	12.1	24.2	12.1	78.8	27.3	6.1
F (n=39)	+	S	30	37	26	19	34	19	16	18	34	31	32	11	27	39
		%	76.9	94.9	66.7	48.7	87.2	48.7	41.0	46.2	87.2	79.5	82.1	28.2	69.2	100.0
	-	S	9	2	13	20	5	20	23	21	5	8	7	28	12	0.0
		%	23.1	5.1	33.3	51.3	12.8	51.3	59.0	53.8	12.8	20.5	17.9	71.8	30.8	0.0
Genel toplam (n=250)	+	S	189	242	164	156	219	122	108	128	217	201	212	79	185	243
		%	75.6	96.8	65.6	62.4	87.6	48.8	43.2	51.2	86.8	80.4	84.8	31.6	74.0	97.2
	-	S	61	8	86	94	31	128	142	122	33	49	38	171	65	7
		%	24.4	3.2	34.4	37.6	12.4	51.2	56.8	48.8	13.2	19.6	15.2	68.4	26.0	2.8

(+) = Tercih edilen (-) = Tercih edilmeyen (S) = Kişi sayısı

Çizelge 4.11. Kurumlarda Tercih Edilmediği Belirlenen Yiyecek Çeşitlerinin Menülerde Aylara Göre Verilme Sıklığı.

Kurum Adı	Kurumlara Göre Tercih Edilmeyen Yiyecek Çeşitleri	Şubat *m=20		Mayıs m=20		Ağustos m=20		Kasım m=20		Toplam m=80	
		S	%	S	%	S	%	S	%	S	%
A	Komposto	0	0.0	1	5.0	2	10	0	0.0	3	3.8
	Zeytinyağlı	1	5.0	0	0.0	1	5.0	2	10	4	5.0
	Kurubaklagil	3	15.0	4	20.0	0	0.0	3	15.0	10	12.5
	Makarna	1	5.0	1	5.0	2	10.0	2	10.0	6	7.5
	Börek	0	0.0	1	5.0	2	10.0	0	0.0	3	3.8
B	Yoğurt-cacık	16	80.0	14	70.0	9	45.0	12	60.0	51	63.8
	Çorba	8	40.0	3	15.0	7	35.0	4	20.0	22	27.5
	Kurubaklagil	2	10.0	0	0.0	0	0.0	3	15.0	5	6.3
	Makarna	0	0.0	1	5.0	6	30.0	3	15.0	10	12.5
	Börek	0	0.0	2	10.0	0	0.0	0	0.0	2	2.5
C	Yoğurt-cacık	3	15.0	16	80.0	9	45.0	17	85.0	45	56.3
	Çorba	15	75.0	2	10.0	6	30.0	3	15.0	26	32.5
	Zeytinyağlı	4	20.0	0	0.0	0	0.0	3	15.0	7	8.8
	Makarna	3	15.0	0	0.0	2	10.0	3	15.0	8	10.0
	Börek	1	5.0	1	5.0	2	10.0	0	0.0	4	5.0
D	Yoğurt-cacık	0	0.0	1	5.0	1	5.0	0.0	0	2	2.5
	Çorba	2	10.0	1	5.0	0	0.0	2	10.0	5	6.3
	Zeytinyağlı	4	20.0	2	10.0	0	0.0	3	15.0	9	11.3
	Makarna	3	15.0	4	20.0	2	10.0	3	15.0	12	15.0
	Börek	1	5.0	2	10.0	1	5.0	0	0.0	4	5.0
E	Yoğurt-cacık	16	80.0	14	70.0	9	45.0	12	60.0	51	63.8
	Zeytinyağlı	8	40.0	3	15.0	7	35.0	4	20.0	22	27.5
	Kurubaklagil	2	10.0	0	0.0	0	0.0	3	15.0	5	6.3
	Makarna	0	0.0	1	5.0	6	30.0	3	15.0	10	12.5
	Börek	0	0.0	2	10.0	0	0.0	0	0.0	2	2.5
F	Yoğurt-cacık	0	0.0	2	10.0	1	5.0	1	5.0	4	5.0
	Zeytinyağlı	1	5.0	1	5.0	0	0.0	1	5.0	3	3.8
	Kurubaklagil	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	15.0	3	3.8
	Makarna	2	10.0	3	15.0	3	15.0	0	0.0	8	10.0
	Börek	0	0.0	2	10.0	1	5.0	2	10.0	5	6.3

*m = Öğün sayısı

Kurumlara göre tercih edilmeyen yiyecek çeşitlerinin değiştiği görülmektedir. Kurumlara göre sevilmeyen yiyecek çeşitlerinin verilme durumu % olarak

incelendiğinde verilme oranı yüksek olan sırasına göre; A firmasında kurubaklagil %12.5, makarna %7.5, zeytinyağlı yemekler %5, komposto ve börek %3.8; B firmasında Yoğurt-Cacık %63.8, Çorba %27.5, Makarna %12.5, Kurubaklagil %6.3 ve Börek %2.5; C firmasında Yoğurt-Cacık %56.3, Çorba %32.5, Makarna %10.0, Zeytinyağlı %8.8 ve Börek %5.0; D firmasında Makarna %15.0, Zeytinyağlı %11.3, Çorba %6.3, Börek %5.0, ve Yoğurt-Cacık %2.5; E firmasında Yoğurt-Cacık %63.8, Zeytinyağlı %27.5, Makarna %12.5, Kurubaklagil %6.3 ve Börek %2.5 ve F firmasında ise Makarna %10, Börek %6.3, Yoğurt-Cacık %5.0, Zeytin yağı ve Kurubaklagil %3.8 olarak belirlenmiştir.

Tüketicilerin tercih etmediklerini belirttikleri yiyeceklerin kurumlardaki menülerde verilme sıklığına bakıldığında, genellikle tercih edilmediği halde en sık tekrarlanan yiyeceğin yoğurt-cacık olduğu ve özellikle B, C ve E kurumlarında verilme oranının diğer kurumlara göre daha yüksek olduğu (%56.3-63.8) saptanmıştır. Bunun nedeni gereksinimlerini karşılayabilmesi için bu grubun yeterli Ca alması gerekli olduğu ve menüde bulunması olarak düşünülmektedir. Yapılan araştırmada menülerden sağlanan kalsiyumun önerilenden erkek ve kadınlarda %28,61 eksik olduğu tespit edilmişti. Yoğurdun kalitesini yükselterek veya personelin tüketebileceği yoğurt ürünlerini veya süt ürünlerini menüye koyarak bu sorunun aşılabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte; en fazla sevilmeyen yiyecek çeşidinin ortalama olarak verilme durumu oranı olarak, A firmasında 12.5 ile kurubaklagil, D ve F firmalarında ise sırasıyla 15.0 ve 10.0 ile makarna olduğu belirlenmiştir (Çizelge 4.11.). Kurubaklagil ve makarna dar gelirli ailelerin temel yiyecekleri olduğundan ve işyeri dışında, evlerinde çok sık bu ürünleri tükettiklerinden işyerinde istemedikleri düşünülmektedir. İşyerinde evde bulamadıkları yiyecekleri tüketmek istemektedirler.

Çizelge 4.12.-4.14.'de tüketicilere göre menülerde I, II. ve III. grup yemeklerin verilme sıklığının ne olması gerektiği konusundaki görüşlerinin dağılımını göstermektedir.

Yemek gruplarında verilmesini istedikleri sıklık olarak en yüksek oranda görüş bildirenler; I.grup yemeklerde büyük parça et yemeklerini %49.2'si haftada bir kez, küçük parça et yemeklerini %40'ı haftada üç kez, köfteleri %47.2 haftada üç

kez, etli-kıymalı sebze yemeklerini %46'sının haftada iki kez, etli-kıymalı kurubaklagil yemeklerini %56.4'ü haftada bir kez istediklerini belirtmişlerdir. Görüldüğü gibi, çoğunluk I. grup yemekler içerisinde küçük parça et yemeklerini ve köfteleri haftada üç kez, etli sebze haftada iki kez, büyük parça et yemeklerini bir kez, etli kurubaklagil yemeklerini haftada bir kez sıklıkta istediklerini belirtmişlerdir.

Çizelge 4.12. Genel Olarak Kurumlarda Anket Uygulanan Bireylerin Menülerdeki I. Grup Yemeklerin Verilme Sıklığı Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı

Verilme sıklığı	Cinsiyet	Sayı ve yüzde	I. Grup Yemek Çeşitleri				
			Büyük Parça Et Yemekleri	Küçük Parça Et Yemekleri	Köfteler	Etli/Kıymalı Sebze Yemekleri	Etli/Kıymalı Kurubaklagıl Yemekleri
Haftada Bir	E	S	95	56	38	36	111
		%	48.7	28.7	19.5	18.5	56.9
	K	S	28	12	8	10	30
		%	50.9	21.8	14.5	18.2	54.5
	T	S	123	68	46	46	141
		%	49.2	27.2	18.4	18.4	56.4
Haftada İki	E	S	73	53	48	93	68
		%	37.4	27.2	24.6	47.7	34.9
	K	S	17	15	16	22	21
		%	30.9	27.3	29.1	40.0	38.2
	T	S	90	68	64	115	89
		%	36.0	27.2	25.6	46.0	35.6
Haftada Üç	E	S	27	75	90	45	11
		%	13.8	38.5	46.2	23.1	5.6
	K	S	10	25	28	19	4
		%	18.2	45.5	50.9	34.5	7.3
	T	S	37	100	118	64	15
		%	14.8	40.0	47.2	25.6	6.0
Haftada Dört-Beş	E	S	0	11	8	21	3
		%	0.0	5.6	4.1	10.8	1.5
	K	S	0	3	0	4	0
		%	0.0	5.5	0.0	7.3	0.0
	T	S	0	14	8	25	3
		%	0.0	5.6	3.2	10.0	1.2
Genel Toplam		S	250	250	250	250	250
		%	100	100	100	100	100

Çizelge 4.13. Genel Olarak Kurumlarda Anket Uygulanan Bireylerin Menülerde
II. Grup Yemeklerin Verilme Sıklığı Konusundaki Görüşlerinin
Dağılımı

Verilme Sıklığı	Cinsiyet	Sayı ve yüzde	Çorbalar	Pilavlar	Makarnalar	Börekler	Zeytin Yağlı Sebzeler	Zeytin Yağlı Kurubaklagil
Haftada Bir	E	S	57	21	93	100	110	103
		%	29.2	10.8	47.7	51.3	56.4	52.8
	K	S	17	6	28	34	30	28
		%	30.9	10.9	50.9	61.8	54.5	50.9
	T	S	74	27	121	134	140	131
		%	29.6	10.8	48.4	53.6	56.0	52.4
Haftada İki	E	S	46	61	79	67	36	45
		%	23.6	31.3	40.5	34.4	18.5	23.1
	K	S	9	15	19	11	9	12
		%	16.4	27.3	34.5	20.0	16.4	21.8
	T	S	55	76	98	78	45	57
		%	22.0	30.4	39.2	31.2	18.0	22.8
Haftada Üç	E	S	34	74	15	12	43	40
		%	17.4	37.9	7.7	6.2	22.1	20.5
	K	S	8	21	4	5	15	14
		%	14.5	38.2	7.3	9.1	27.3	25.5
	T	S	42	95	19	17	58	54
		%	16.8	38.0	7.6	6.8	23.2	21.6
Haftada Dört-Beş	E	S	20	14	4	12	0	3
		%	10.3	7.2	2.1	6.2	0.0	1.5
	K	S	7	5	3	4	0	1
		%	12.7	9.1	5.5	7.3	0.0	1.8
	T	S	27	19	7	16	0	4
		%	10.8	7.6	2.8	6.4	0.0	1.6
Her gün	E	S	38	25	4	4	6	4
		%	19.5	12.8	2.1	2.1	3.1	2.1
	K	S	14	8	1	1	1	0
		%	25.5	14.5	1.8	1.8	1.8	0.0
	T	S	52	33	5	5	7	4
		%	20.8	13.2	2.0	2.0	2.8	1.6
Genel Toplam		S	250	250	250	250	250	250
		%	100	100	100	100	100	100

Çizelge 4.14. Genel Olarak Kurumlarda Anket Uygulanan Bireylerin Menülerde III. Grup Yemeklerin Verilme Sıklığı Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı

Verilme sıklığı	Cinsiyet	Sayı ve yüzde	Salatalar	Yoğurt/ Cacık	Sütlü Tatlılar	Hamur Tatlıları	Meyveler	Komposto/ Hoşafılar	Turşu
Haftada Bir	E	S	33	14	84	76	83	83	58
		%	16.9	7.2	43.1	39.0	42.6	42.6	29.7
	K	S	8	0	23	20	29	29	13
		%	14.5	0.0	41.8	36.4	52.7	52.7	23.6
	T	S	41	14	107	96	112	112	71
		%	16.4	5.6	42.8	38.4	44.8	44.8	28.4
Haftada İki	E	S	32	52	34	35	66	66	30
		%	16.4	26.7	17.4	17.9	33.8	33.8	15.4
	K	S	9	16	12	14	15	15	7
		%	16.4	29.1	21.8	25.5	27.3	27.3	12.7
	T	S	41	68	46	49	81	81	37
		%	16.4	27.2	18.4	19.6	32.4	32.4	14.8
Haftada Üç	E	S	39	21	38	35	43	43	29
		%	20.0	10.8	19.5	17.9	22.1	22.1	14.9
	K	S	12	7	14	9	11	11	13
		%	21.8	12.7	25.5	16.4	20.0	20.0	23.6
	T	S	51	28	52	44	54	54	42
		%	20.4	11.2	20.8	17.6	21.6	21.6	16.8
Haftada Dört-Beş	E	S	23	31	30	42	0	0	35
		%	11.8	15.9	15.4	21.5	0.0	0.0	17.9
	K	S	8	8	5	12	0	0	14
		%	14.5	14.5	9.1	21.8	0.0	0.0	25.5
	T	S	31	39	35	54	0	0	49
		%	12.4	15.6	14.0	21.6	0.0	0.0	19.6
Her Gün	E	S	68	77	9	7	3	3	43
		%	34.9	39.5	4.6	36.5	1.5	1.5	22.1
	K	S	18	24	1	0	0	0	8
		%	32.7	43.6	1.8	0.0	0.0	0.0	14.5
	T	S	86	101	10	7	3	3	51
		%	34.4	40.4	4.0	2.8	1.2	1.2	20.4
Genel Toplam		S	250	250	250	250	250	250	
		%	100	100	100	100	100	100	100

Verilmesini istedikleri sıklık olarak en yüksek oranda görüş bildirenler göz önüne alındığında II. grup yemeklerde; çorbalar %29.6 ile haftada bir kez, pilavlar

%38.2 haftada üç kez, makarnalar %48.4 haftada bir kez, börekler %53.6 haftada bir kez, zeytin yağlı sebzeler %56.0 haftada bir kez, zeytin yağlı kurubaklagil %52.4 haftada bir kez istediklerini belirtmişlerdir.

Verilmesini istedikleri sıklık olarak en yüksek oranda görüş bildirenler göz önüne alındığında III. grup yemeklerde; salatalar %34.4'ü her gün, yoğurt-cacık 40.4'ü her gün, sütlü tatlılar % 42.8'i haftada bir kez, hamur tatlıları %38.4'ü haftada bir kez, meyveler %44.8'i her gün, komposto-hoşafı %44.8'i her gün, turşu %28.4 haftada bir kez istediklerini belirtmişlerdir.

Araştırmaya alınan kurumlarda uygulanan menüler araştırmacı tarafından incelendiğinde, I. grup yemeklerin kurumlara göre 1. kap ana yemek olarak verilmesini sıralayacak olursa; A kurumunda %82.5'i, B kurumunun %88.75'i, C kurumunun %88.75'i, D kurumunun %90.00'i, E kurumunun %93.75'i ve F kurumunda da %91.25'dir. I. grup yemekler kendi aralarında menülerde verilme oranları ortalamaları bakımından sıralanacak olursa; büyük parça et yemekleri %10.0, küçük parça et yemekleri %16.88, köfteler %28.3, etli-kıymalı sebze yemekleri %26.7, etli-kıymalı kurubaklagil yemekleri %7.3 olarak saptanmıştır.

Araştırmaya alınan kurumlarda uygulanan menüler araştırmacı tarafından incelendiğinde, II. grup yemeklerin firmalara göre 2. kap yardımcı yemek olarak verilmesini sıralayacak olursak; A firmasında %92.5'i, B firmasının %32.51'i, C firmasının %125.0'i, D firmasının %105.0'i, E firmasının %132.5'i ve F firmasında da %107.5'dir. II. grup yemekler kendi aralarında menülerde verilme oranları ortalamaları bakımından sıralanacak olursa; çorbalar %27.3, pilavlar %61.8, makarnalar %8.9, börekler %4.4, zeytinyağlı sebzeler %4.6, zeytinyağlı kurubaklagiller %1.0 olarak bulunmuştur.

Çizelge 4.14'nin incelenmesiyle de görülebileceği gibi; tüketiciler III. Grup yemeklerden salataların (%34.4) ve yoğurt-cacık'ın (%40.0) hergün verilmesi gerektiği şeklinde görüş bildirilmiştir. Fakat menülerde verilen yoğurt ve cacığı beğenmedikleri belirlenmiştir (Çizelge 4.10). Bunun nedeni daha öncede belirtildiği gibi yoğurt kalitesinin iyi olmamasından veya menülerde zorunlu 4. kap olarak verilmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Sütlü tatlılar (%42.8), hamur tatlıları

(%38.4), meyveler (%44.8), komposto/hoşaf (%44.8) ve turşunun (%28.4) ise haftada bir verilmesi görüşünün ağırlık kazandığı belirlenmiştir.

Araştırmaya alınan kurumlarda uygulanan menüler araştırmacı tarafından incelendiğinde, III. grup yemeklerin menülerde verilme oranı ortalamaları sıralanacak olursa; salatalar %20.21, yoğurt-cacık %76.88, sütlu tatlılar %17.08, hamur tatlılar %24.79, meyveler %29.58, komposto-hoşaf %3.75, turşular %3.96 olarak saptanmıştır.

Araştırmaya alınan tüketicilerin kurumlardaki menülerde yemeklerin verilme sıklığı konusundaki görüşleri arası fark kadın ve erkekler arasında önemsiz (X^2 : 0.65, $p>0.05$), erkekler arası fark önemli (X^2 : 193.85, $p<0.001$), kadınlar arası fark da önemli (X^2 : 44.76, $p<0.001$) bulunmuştur.

Çizelge 4.15.'de de, tüketicilerin firmalardaki menülerde yemeklerin verilme sıklığı konusundaki görüşlerinin dağılımı verilmiştir. Buna göre, menüdeki yemeklerin çeşit dağılımının uygun olduğu (%78.4), ancak menüde sık tekrarlarında bulunduğu (%18.8) belirlenmiştir. Geriye kalan %2.8'lik diğer bölümünü işaretleyenler, yemekte kullanılan malzemelerin içeriğinin aynı olduğu halde şekil farkı veya pişirilme metodu farkıyla tekrar edildiğini vurgulamışlardır.

Acımuş (1996) tarafından yapılan araştırmada diyetisyeni olan ve olmayan kurumlar arasında ve erkek ile kadın bireyleri arasında kurumdaki yemeklerin verilme sıklığı konusundaki görüşlerin anlamlı derecede farklı olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

4.10. Araştırmaya Alınan Bireylerin Kurum Menüsündeki Yemeklerin Maliyeti Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı

Araştırmaya alınan bireylerin kurumların menülerinde yer alan yemeklerin maliyeti konusundaki görüşleri kadın ve erkekler arasındaki fark önemsiz (X^2 : 9.95, $p>0.05$), erkekler arası fark önemli (X^2 : 375.81, $p<0.001$), kadınlar arası fark da önemli (X^2 : 68.22, $p<0.001$) bulunmuştur.

Çizelge 4.15. Tüketicilerin Cinsiyetlerine Göre Kurumdaki Menülerde Yemeklerin Verilme Sıklığı Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı.

Görüşler	Cinsiyet				Genel Toplam	
	Erkek n=195		Kadın n=55		n=250	
	S	%	S	%	S	%
Sık Tekrarlar Çok Fazla	35	17.9	12	21.8	47	18.8
Yemek Çeşidi Dengeli	155	79.5	41	74.5	196	78.4
Diğer	5	2.6	2	3.6	7	2.8
Toplam	195	100.0	55	100.0	250	100.0

X^2 : 0.65, $p>0.05$ (erkek-kadın)

X^2 : 193.85, $p<0.001$ (erkekler arası)

X^2 : 44.76, $p<0.001$ (kadınlar arası)

Araştırmaya alınan bireylerin firmaların menülerinde yer alan yemeklerin maliyeti konusundaki görüşlerinin dağılımı Çizelge 4.16.'da verilmiştir. Erkek tüketicilerin %85.1'i , kadınların %85.5'i menülerin dengeli olduğu görüşündedir. Bireylerin kurumlarında çıkan yemeklerin maliyeti konusunda ki görüşleri; ucuz %12.4, pahalı %2.4, dengeli %85.2 olarak tespit edilmiştir. Araştırmacı tarafından yapılan değerlendirmede yemeklerin maliyet dengesine uygunluğu bakımından %78.3 puan almıştır (Çizelge 4.4). Buradan da anlaşıldığı gibi yemek maliyetinin bireylerin büyük çoğunluğun maliyetin dengeli olduğunu düşünmesi ve bunun araştırmacının düşüncelerine uyum sağladığıdır.

Çizelge 4.16. Bireylerin Cinsiyete Göre Kurum Menüsündeki Yemeklerin Maliyeti
Konusundaki Görüşlerinin Dağılımı

Görüşler	Cinsiyet				Genel Toplam	
	Erkek n=195		Kadın n=55		n=250	
	S	%	S	%	S	%
Ucuz	24	12.3	7	12.7	31	12.4
Pahalı	5	2.6	1	1.8	6	2.4
Dengeli	166	85.1	47	85.5	213	85.2
Toplam	195	100.0	55	100.0	250	100.0

χ^2 : 9.95, $p>0.05$ (erkek-kadın)

χ^2 : 375.81, $p<0.001$ (erkek)

χ^2 : 68.22, $p<0.001$ (kadın)

4.11. Araştırmaya Alınan Kurumlarda Uygulanan Menülerin Tüketiciler Tarafından Değerlendirilmesi

Çizelge 4.17. 'de firmalarda uygulanan menülerin subjektif yönden tüketiciler tarafından değerlendirmesi görülmektedir. Bu çizelgeden de anlaşıldığı gibi renk uyumu olduğu görüşünde olanlar en yüksek A firmasında (%72.9), kıvam uyumu bakımından D firması (%90.9), tat uyumunda B firması (%77.4), besin değeri bakımından uyumunda ise B ve D firmaları (%100.0) almıştır. Firmalar arasında menü planlama ilkelerine uygunluğu K.B.S.Ö. yönünden ve subjektif yönden değerlendirmeye alındığında kurumlar aralarındaki fark istatistiksel olarak önemli bulunmamıştır.

Araştırmaya alınan kurumların menülerinin tüketiciler tarafından uygun bulunma durumları % olarak, renkte %61.6, tat da %71.7, kıvamda %85.3, besin değerinde %96.1 olarak saptanmıştır (Çizelge 4.17.). Araştırmacı tarafından yapılmış olan değerlendirmede ise % ortalama olarak renk uyumu %74.0, tat uyumu %82.4, kıvam uyumu %73.6, besin değeri uyumu %74.8 olarak bulunmuştur. Bu değerlerin farklı olması özellikle besin değerinin uygunluğunun farklı olması değerlendirmeyi yapan araştırmacının tüketicilerin besin değerleri konusunda yeterli bilgiye sahip olmadıklarını düşündürmektedir. Bu konuda tüketicilere eğitim vermek yararlı olabilir.

Çizelge 4.17. Kurumda Sunulan Menülerin Tüketiciler Tarafından Sübjektif Yönden Değerlendirme Sonuçları (% Olarak)

Özellikler	Kurumlar												Genel Toplam	
	A		B		C		D		E		F			
	*+	**_	*+	**_	*+	**_	*+	**_	*+	**_	*+	**_	*+	**_
Renk Uygunluğu	72.9	27.1	67.7	32.3	57.6	42.4	54.5	45.5	60.6	39.4	56.4	43.6	61.6	38.4
Kıvam Uygunluğu	83.1	16.9	87.1	12.9	86.4	13.6	90.9	9.1	84.8	15.2	79.5	20.5	85.3	14.7
Tat Uygunluğu	74.6	25.4	77.4	22.6	66.7	33.3	72.7	27.3	69.7	30.3	69.2	30.8	71.7	28.3
Besin Değeri	91.5	8.5	100.0	0.0	93.9	6.1	100.0	0.0	93.9	6.1	97.4	2.6	96.1	3.9

*+ = Uygun **_ = Uygun Değil

Araştırmaya alınan kurumlardaki tüketicilerin kurumlarında uygulanan menülerin enerji ve besin öğeleri gereksinimlerini karşılama konusundaki görüşleri arası fark kadın ve erkekler arasında önemsiz (X^2 : 5.19, $p>0.05$), erkeklerin görüşleri arasındaki fark önemli (X^2 : 500.57, $p<0.001$), kadınların görüşleri arasındaki fark da önemli (X^2 : 92.76, $p<0.001$) bulunmuştur.

Araştırmaya alınan kurumlardaki tüketicilerin kurumlarında uygulanan menülerin enerji ve besin öğelerini karşılama konusundaki görüşleri Çizelge 4.18.' de verilmiştir. Buradan tüketicilerin tüketicilerin %95.2'sinin menülerin enerji ve besin öğeleri gereksinimlerini karşıladığını düşünmekte olduğu, %4.8'inin ise karşılamadığını düşündüğü görülmektedir. Büyük bir çoğunluğun menülerin gereksinimi karşıladığını düşündüğü görülmektedir. Araştırma bulgularına göre ise enerji gereksinimlerini karşıladığı hatta kadınlarda fazla olduğu fakat enerjinin besin öğelerinden gelen oranlarının dengesiz olduğu, bazı besin öğelerinin ise yetersiz olduğu saptanmıştır (Çizelge 4.8. ve Çizelge 4.9.)

Çizelge 4.18. Araştırmaya Alınan Tüketicilerin Kurumlarındaki Menüleri Enerji ve Besin Öğeleri Gereksinimlerini Karşılama Konusundaki Görüşlerin Dağılımı

Görüşler	Cinsiyet				Genel Toplam	
	Erkek		Kadın			
	S	%	S	%	S	%
Karşılıyor	185	94.9	53	96.4	238	95.2
Karşılamıyor	10	5.1	2	3.6	12	4.8
Toplam	195	100	55	100	250	100

χ^2 : 5.19, $p>0.05$ (erkek-kadın)

χ^2 : 500.57, $p<0.001$ (erkek)

χ^2 : 92.76, $p<0.001$ (kadın)

Çizelge 4.19' da kurum menüsünün enerji ve besin öğeleri yönünden yetersiz olduğunu düşünen tüketicilerin ne yönden yetersiz bulduklarına dair görüşleri verilmiştir. Bu çizelgede görüldüğü gibi tüketicilerin, menülerin enerji ve besin öğeleri gereksinimlerinin yetersiz olduğu düşünceleri, sırasıyla enerji %42.9, protein %35.7, vitamin ise %21.4 olarak saptanmıştır.

Çizelge 4.19. Tüketicilerin Kurum Menüsinin Ne Yönden Yetersiz Olduğuna Dair Görüşlerinin Dağılımı

Görüşler	Kurumlar (n=250)					
	Erkek (n=10)		Kadın (n=2)		Toplam (n=12)	
	S	%	S	%	S	%
Enerji	5	50.0	0	0.0	5	41.7
Protein	4	40.0	1	50.0	5	41.7
Vitaminler	1	10.0	1	50.0	2	16.6
Mineraller	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Toplam	10	100.0	2	100.0	12	100.0

χ^2 : 5.19, $p>0.05$ (erkek-kadın)

χ^2 : 500.57, $p<0.001$ (erkek)

χ^2 : 92.76, $p<0.001$ (kadın)

Tüm kurumlarda kadın ve erkek tüketicilerin kurum menüsünün ne yönden yetersiz olduğuna dair görüşleri arası fark önemsiz (X^2 : 5.19, $p>0.05$), erkeklerin görüşleri arasındaki fark önemli (X^2 : 500.57, $p<0.001$), kadınların görüşleri arasındaki fark da önemli (X^2 : 92.76, $p<0.001$) bulunmuştur.

Tüketicilerin menülerden alınması gereken enerjinin sağlanması konusundaki görüşlerine bakıldığında %95.2 sinin karşıladığını düşündüğü, yapılan araştırma sonucuyla da uyum sağladığı görülmektedir.

Araştırmaya alınan tüketicilerin kurum yemekhanesinde yemek yeme sıklıkları konusundaki görüşleri arası fark kadın ve erkekler arasında önemsiz (X^2 : 1.19, $p>0.05$), erkeklerin görüşleri arasındaki fark önemli (X^2 : 344.88, $p<0.001$), kadınların görüşleri arasındaki fark da önemli (X^2 : 83.40, $p<0.001$) bulunmuştur.

Çizelge 4.20. Araştırmaya Alınan Tüketicilerin Kurum Yemekhanesinde Yemek Yeme Sıklıkları

Yemek Yeme Sıklığı	Cinsiyet				Genel Toplam	
	Erkek (n=195)		Kadın (n=55)			
	S	%	S	%	S	%
Her gün yerim	161	82.6	43	78.2	204	81.6
Haftada 1 kez yerim	14	7.2	5	9.1	19	7.6
Haftada 2 kez yerim	9	4.6	2	3.6	11	4.4
Haftada 3-4 kez yerim	11	5.6	5	9.1	16	6.4
Toplam	195	100.0	55	100.0	250	100.0

X^2 : 1.19, $p>0.05$ (erkek-kadın)

X^2 : 344.88, $p<0.001$ (erkekler arası)

X^2 : 83.40, $p<0.001$ (kadınlar arası)

Çizelge 4.21. Kurumlardaki Tüketicilerin Kurum Yemekhanesinde Yemek Yememe Nedenleri

Yemek Yememe Nedenleri	Cinsiyet				Genel Toplam (n=46)	
	Erkek (n=37)		Kadın (n=9)			
	S	%	S	%	S	%
Yemek çeşidini sevmeme	19	51,4	5	55.6	24	52.2
Yemekhanenin temiz olmaması	10	27.0	2	22.2	12	26.1
Yemeklerde kullanılan malzemelerin kalitesizliği	6	16,2	1	11.1	7	15.2
Diğer Nedenler	2	5,4	1	11.1	3	6.5
Toplam	37	100.0	9	100.0	46	100.0

Kurumlarda yemek yemeyen tüketicilerin kurumlar arasında, firmadaki kadın ve erkekler arasında istatistiksel açıdan önemli bir farklılık bulunmamıştır. Öte yandan, kadın ve erkeklerin kendi aralarındaki fark önemli bulunmuştur ($p<0.001$). Kurumlarda yemek yemeyen tüketicilerin %52.2'si yemek yememe nedenlerinin en büyük nedeninin menüde uygulanan yemek çeşitlerini sevmemesi, %26.1'i yemekhanenin temiz olmamasından, %15.2'si yemek yapımında kullanılan gıdaların kalitesizliği, %6.5'i de diğer nedenlerden olduğu saptanmıştır (Çizelge 4.21).

Ankara'da yapılan bir çalışmada çalışan personelin % 100'ünün de işyerinde yemek yediklerini, %75.7'sinin yemekleri doyurucu bulduğu, %44.3'ünün de beğenerek yediklerini, beğenmeyenlerin %38.6'sının yemeklerin tadını beğenmediklerini, %25.7'sinin de yemekleri yağlı buldukları tespit edilmiştir (Köse, 2004).

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1.Sonuçlar;

Bu çalışmada toplu beslenme hizmeti farklı yemek fabrikaları tarafından yürütülen 6 adet tekstil fabrikasında uygulanan menüler menü denetim listesi ile değerlendirilmiş, menülerin sağladığı enerji ve besin öğeleri hesaplanmıştır. Ayrıca kurumlarda çalışan tüketicilerin menü planlama konusundaki görüşleri ve yiyecek tercihleri saptanmıştır.

Menü denetim listesi ile değerlendirme sonuçları

Kurumların menüleri subjektif ve KBSÖ yönünden değerlendirildiğinde aldıkları puanlar yönünden kurumlar arasında ve menülerin tüketicilere uygulandığı aylar arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır.

Kurumlarda uygulanan menülerin subjektif yönden incelenmesinde firmaların aldıkları ortalama puanlar; tat uyumunda %82.4, renk uyumunda %74.0, kıvam uyumunda %73.6, öğün örüntüsü uyumunda ise %74.8 olarak bulunmakla birlikte, KBSÖ yönünden değerlendirildiğinde ise kurumların almış oldukları ortalama puanlar; mevsimsel uygunluk %71.8, araç gereç uygunluğu %75.6, personelin iş yükü uygunluğu %75.6, servis edilme yöntemlerine uygunluğu %80.8 olarak saptanmıştır.

Kurumların menüleri genel menü denetim listesindeki kriterlerle değerlendirildiğinde, aldıkları puanlar yönünden kurumlar arasında ve menülerin tüketicilere uygulandığı aylar arasında II. grup yemeklerin dağılımı dışında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır. II. grup yemeklerin dağılımı yönünden kurumlar arası farklılık istatistiksel açıdan önemli bulunmuştur. Duncan çoklu karşılaştırma testine göre C kurumunun diğer kurumlarla arasındaki farklılık önemli bulunmuştur ($p<0,05$).

Kurumlarda uygulanan menülerin genel menü denetim listesi ile değerlendirilmesi sonucu uygunluk durumuna göre aldıkları puanlar; I., II., III. Grup yemeklerin dağılımı sırasıyla %79.2, %75.8, %84.2 olup; maliyet dengesine uygunluğu %78.3, örüntü ve yemek sıklığı yönünden uygunluk %82.5 olarak bulunmuştur.

Menülerin enerji ve besin öğeleri değerleri ile ilgili sonuçlar;

Kurumların menülerinin ortalama olarak içerdiği enerji, karbonhidrat, protein, Fe, A vit., B₁ vit., niasin, C vit. miktarları yönünden kurum içi aylar arasında ve kurumlar arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır. Buna karşın, menülerin içerdiği yağ, Ca, B₂ vit. miktarları arasında kurum içi ve kurumlar arasında istatistiksel yönden önemli bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$).

Kurumlarda verilen menülerin enerji ve besin öğesi ortalamaları tüm kurumlarda ortalama olarak 1277.14±98.4 Kal. olarak belirlenmiştir. Enerjinin %46.94' sını karbonhidrattan, %12.29'i proteinden, %40.77'i yağdan sağlanmaktadır. Menülerin sağladığı ortalama enerji değerlerine bakıldığında önerilene göre menülerin sağladığı ortalama enerjinin erkeklerde ekmeksiz olursa %1.77 eksik olduğu, ekmek eklendiğinde ise %26.77 fazla olduğu saptanmıştır. Kadınlarda önerilene göre menülerin sağladığı ortalama enerjinin %16.09 fazla olduğu, ekmek eklendiğinde ise %44.18 fazla olduğu görülmüştür. Menülerden sağlanan protein incelendiğinde erkeklerde ekmeksiz %5 eksik, ekmek eklendiğinde %24.65 fazla olduğu belirlenmiştir. Menülerden sağlanan kalsiyum ekmeksiz erkek ve kadınlarda %28.61 eksik olduğu; ekmek eklendiğinde ise erkeklerde %22.61, kadınlarda ise %23.61 eksik olduğu tespit edilmiştir. Enerjinin yağdan sağlanması önerilen miktar % 20-25 olması gerekirken bu araştırmada yaklaşık iki katı (%40.77) olduğu saptanmıştır.

Menülerin içerdiği yağ miktarlarının kurumlar arasında istatistiksel açıdan önemli ölçüde farklı olduğu bulunmuştur. Duncan çoklu karşılaştırma testine göre, E ve F fabrikaları arasındaki farklılık önemsiz; ancak diğer fabrikalar arasındaki farklılık önemli bulunmuştur ($p<0,05$).

Önerilen enerji miktarına göre yağdan gelen enerji oranı %25 olduğunda menüden alınması gerekli yağ miktarı, erkeklerde 36.11g, kadınlarda 30.55g olarak hesaplanmıştır. Buna göre menülerden sağlanan yağ miktarlarının, ekmek eklemekten gereksinimden erkeklerde %35.59 fazla olduğu; kadınlarda %45.50 fazla olduğu saptanmıştır. Karbonhidrattan gelen enerji oranı %60 olduğunda ,menüden alınması gereken karbonhidrat miktarı, ekmek eklemekten erkeklerde 195g, kadınlarda 165g. olarak hesaplanmıştır. Menülerin karbonhidrat miktarının

tüketicilerin gereksinimlerine göre ekmeksiz olarak yetersiz olduğu belirlenmiştir. Ekmek eklendiğinde ise karbonhidrat gereksinimi fazlasıyla karşılanabilmektedir.

Yapılan bu araştırmada ortalama olarak ekmeksiz menünün enerjisinin besin öğelerinden gelen oranları incelendiğinde, proteinden gelen oranın %12.29, yağdan gelen oranın %40.77, karbonhidrattan gelen oranın ise %46.94 olduğu belirlenmiştir. Menüye ekmek eklendiğinde ise enerjinin yağdan gelen oranı kadınlarda %33.25'e, erkeklerde ise %32.10'a değişmektedir.

Menülerden sağlanan kalsiyum miktarları incelendiğinde kurumlar arası fark istatistiksel açıdan önemli bulunmuş ($p<0,05$), Duncan çoklu karşılaştırma testine göre B, C, D, E, F kurumları arasındaki farklılık önemsiz bulunmuş iken bunların A firması ile aralarındaki farklılık önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Kalsiyumun erkeklerde ve kadınlarda ekmeksiz %28.61 eksik olduğu; ekmek eklendiğinde erkeklerde %22.61, kadınlarda %23.61 eksik olduğu tespit edilmiştir.

Menülerden sağlanan B2 vit. incelendiğinde kurumlar arası farklılık önemli bulunmuş. C, D, E, F kurumları arasındaki farklılık önemsiz; ancak bu kurumların A ve B kurumları ile arasındaki farklılık önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Kurumların uygulamış olduğu menülerin sağladığı diğer enerji ve besin öğeleri incelendiğinde gereksinimlerini fazlasıyla sağlayabildikleri belirlenmiştir.

Tüketici tercih ve görüşleri ile ilgili sonuçlar

Araştırmaya alınan kurumlarda yaş ortalaması erkeklerde (33.2 ± 7.2), kadınlarda ise (34.3 ± 7.7) olarak bulunmuştur. Vücut ağırlığı ortalaması erkeklerde (77.8 ± 10.5 kg), kadınlarda (64.3 ± 8.2 kg) olarak hesaplanmıştır.

Yapılan bu çalışmada personelin eğitim durumuna göz atıldığında %14.8'i ilkökul, %22'si orta okul, %48.4'ü lise, %14.8 ise yüksek okul mezunu olduğu görülmüştür. Okuryazar olmayan personele rastlanmamıştır.

Toplu beslenme hizmeti veren firmalarda çalışan personele eğitim genellikle verilmemektedir. Satınalma sırasında kalite kontrolünü %50'sinin yaptığı saptanmıştır. Kurumların ortak özelliklerinden biri kurumlardaki tüketicilerin tek öğün yemek yeme haklarının olmasıdır. Depolama koşullarının genellikle uygun olmadığı belirlenmiştir. Servise sunulmadan önce son kontrollerin de genellikle

yapılmadığı saptanmıştır. Servis araç gereçlerinin sadece bir firmada uygunsuz olduğu, menü planlamada genellikle firmalarının tüketici görüşlerini dikkate aldığı bulunmuştur.

Araştırmaya alınan kurumlardaki tüketiciler I. Grup yemeklerden Etli-Kıymalı Sebze yemeklerini, II. Gruptan Pilavları, III. Gruptan ise Salata, Meyve ve yoğurdu tercih ettikleri saptanmıştır. Tüketicilerin sevmedikleri yemekler ve kurumlardaki menülerde verilme sıklığına bakıldığında, en fazla sevilmeyen yemek çeşidinin yoğurt-cacık olduğu saptanmıştır. Tüketicilerin kurumlardaki menülerde I. Grup yemeklerin verilme sıklığı hakkındaki görüşleri haftada bir Etli-Kıymalı Kurubaklagil, haftada iki Etli-Kıymalı Sebze, haftada üç Köfteler, II. Grup yemeklerin verilme sıklığı, haftada bir Zeytinyağlı Sebzeler, haftada iki Makarnalar, haftada üç Pilavlar, III. Grup yemeklerde ise haftada bir Tatlılar, Meyveler, Komposto-Hoşafklar, Turşular olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya alınan tüketicilerin kurumlardaki menülerde yemeklerin verilme sıklığı konusundaki görüşleri kadın ve erkekler arasındaki fark önemsiz (X^2 : 0.65, $p>0.05$), erkekler arası fark önemli (X^2 : 193.85, $p<0.001$), kadınlar arası fark da önemli (X^2 : 44.76, $p<0.001$) bulunmuştur.

Tüketicilerin kurumlarındaki menülerinde verilme sıklığı açısından % 78.4' ünün yemek çeşidinin yeterli olduğu görüşünde olduklarını, yemeklerin maliyeti konusunda %85.2' sinin yemek maliyetlerinin dengeli olduğu görüşünde oldukları saptanmıştır. Araştırmaya alınan bireylerin kurumların menülerinde yer alan yemeklerin maliyeti konusundaki görüşleri kadın ve erkekler arasındaki fark önemsiz (X^2 : 9.95, $p>0.05$), erkekler arası fark önemli (X^2 : 375.81, $p<0.001$), kadınlar arası fark da önemli (X^2 : 68.22, $p<0.001$) bulunmuştur.

Araştırmaya alınan kurumlardaki menülerin tüketiciler tarafından değerlendirilmesinde, besin değeri bakımından uygunluğu (%96.1), kıvam uygunluğu (%85.3), tat uygunluğu (%71.7), renk uygunluğu (%61.6) şeklinde sıralanmaktadır. Menülerin enerji ve besin yönünden ihtiyaçlarını karşıladığı görüşünde (%95.2) oldukları tespit edilmiştir. Araştırmaya alınan kurumlardaki tüketicilerin kurumlarında uygulanan menülerin enerji ve besin öğeleri gereksinimlerini karşılama konusundaki görüşleri kadın ve erkekler arasındaki fark

önemsiz (X^2 : 5.19, $p>0.05$), erkeklerin görüşleri arasındaki fark önemli (X^2 : 500.57, $p<0.001$), kadınların görüşleri arasındaki fark da önemli (X^2 : 92.76, $p<0.001$) bulunmuştur.

Araştırmaya alınan tüketicilerin kurum menüsünün ne yönden yetersiz olduğuna dair görüşlerini kadın ve erkekler arasındaki fark önemsiz (X^2 : 5.19, $p>0.05$), erkeklerin görüşleri arasındaki fark önemli (X^2 : 500.57, $p<0.001$), kadınların görüşleri arasındaki fark da önemli (X^2 : 92.76, $p<0.001$) bulunmuştur.

Kurum yemekhanesine tüketicilerin gelme sıklığı bakımından incelendiğinde % 81.6 gibi büyük bir çoğunluğun her gün geldiği, yemek yemeyen %10.4'ünün yemek yememe nedenlerinin menüde uygulanan yemek çeşitlerini sevmemesi olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya alınan tüketicilerin kurum yemekhanesinde yemek yeme sıklıkları konusundaki görüşleri kadın ve erkekler arasındaki fark önemsiz (X^2 : 1.19, $p>0.05$), erkeklerin görüşleri arasındaki fark önemli (X^2 : 344.88, $p<0.001$), kadınların görüşleri arasındaki fark da önemli (X^2 : 83.40, $p<0.001$) bulunmuştur.

Yapılan bu çalışmadaki anketlerin sonucu istatistiksel açıdan incelendiğinde erkekler arasında farklılık sevilen yemekler bakımından, Makarna; Börek, ve Zeytinyağlılar'da önemli bulunmuştur ($p<0.05$). Kadınlar arasındaki farklılık yemek gruplarının haftalık verilme sıklığı açısından, Çorba, Salata, Hamur Tatlıları ve Turşu'nun önemli olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Sevilen yemekler bakımından, Çorba, Makarna, Börek, ve Zeytinyağlılar'da önemli bulunmuştur ($p<0.05$). O günkü çıkan yemekler arasında renk uyumu ve tat uyumu ile ilgili görüşleri arasındaki farklılık da yine kadınlar arasında önemli bulunmuştur ($p<0.05$).

5.2. Öneriler;

Toplu beslenme hizmeti verilen firmalarda personele gerekli eğitimler verilmelidir. Satın almadan tüketici önüne gelinceye kadarki geçen sürelerde sık sık kontroller yapılmalıdır. Depolama koşulları düzeltilmelidir. Havalandırma tesisatları gözden geçirilmeli, soğuk depolarda ürünler özelliklerine göre ayrılmalıdır. Menü planlamada tüketici görüşleri anketlerle alınmalı buna göre gereken düzenlemeler yapılmalıdır.

1. Menü planlaması yapacak kişinin deneyimli ve bu konuda eğitim almış kişi olması gerekmektedir. Menüsünü planlayacak olduğu grubun özelliklerini çok iyi bilmeli ve buna göre menü de dengeli yemekler oluşturmalıdır. Kurumlarda menü hazırlama komiteleri oluşturulmalı, onların da görüşlerine önem verilmelidir. Tüketicilerin görüşlerini almalı, istek ve şikayetleri değerlendirmeli, bu görüşleri kişilerin çalışma ortamları dikkate alınarak gerekli düzenlemeleri de enerji ve besin değerlerini dengeleyecek şekilde yapmalıdır. Böylelikle tüketicilerin artık bırakmaları azalmış olacaktır. Kurumdaki bireylere toplu beslenme hakkında eğitimler verilmelidir. Böylelikle bireylerin iş yeri dışındaki beslenmelerinin de düzenli olması sağlanacaktır. Ticari kaygılarla salt tüketicinin beğenisine yönelik uygulamalardan kaçınıp, sağlıklı beslenmeye öncelik tanımak gereklidir.
2. Menü planlamasında, menü denetim listesindeki subjektif olarak (tat, renk, kıvam, öğün örüntüsüne), ve KBSÖ (mevsimsel uygunluk, araç gereç uygunluğu, personelin iş yükü uygunluğu, servis edilme yöntemlerine uygunluğu) yönünden uygunluğuna dikkat edilmelidir. I., II. ve III. grup yemeklerin dağılımı, maliyetinin birbirini izleyen günlere göre uyumlu olmalıdır.
3. Yemeklerde kullanılan yağların azaltılması ve enerjinin yağdan gelen oranının dengelenmesi gereklidir. Menülerdeki yağ oranını azaltmak için ise kızartma gerektiren yiyeceklerin daha az menüye yazılması veya pişirim yöntemlerinin değiştirilmesi gerekmektedir. Tüketicilerin ağız tadını bozmadan gerekli düzenlemeler yapılarak yağ oranı azaltılabilir.

4. Yetersiz alınan besin ögesi olan kalsiyum, önemli sorun yaratabilir. Kalsiyum kaynağı süt ve süt ürünleri tüketim alışkanlığı da artırılmalıdır. Mümkünse öğün içerisinde süt ve süt ürünleri artırılabilir. Örneğin tatlılar dan sütlü tatlılara daha fazla yer verilebilir, dinlenme saatlerinde ayran verilebilir.
5. Bireylerin yaş ortalamalarını dikkate alacak olursak hafif şişman durumundan normal duruma gelmeleri için çaba harcamalıdır. Kilo kontrollerini sık sık yapmalıdırlar. Çalışma ortamında gereken hareketi yapamıyorlarsa iş yerinin dışında bunu yapmalıdırlar.
6. I. Grup yemeklerin dağılımı yapılırken bir gün et bir gün sebze bir gün bakliyat olarak düzenlenmeli, II. grup yemeklerde pirinç pilavlarına daha az ağırlık verilmelidir. III. grup yemeklerde sütlü tatlılara ve meyvelere ağırlık verilmeli kızartma tatlılarından uzak durulmalıdır.

KAYNAKLAR

- ACIMIŞ, D., 1996. Adana’da Toplu Beslenme Yapılan Kurumlarda Uygulanmakta Olan Menülerin Değerlendirilmesi, Bilim Uzmanlığı Tezi Ankara.
- AKTAŞ, A.,1989. Hastanelerde Yiyecek İçecek Hizmetleri Yönetimi, Akdeniz Üniversitesi Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik Yüksekokulu Yayını, Akdeniz Üniversitesi Basımevi, Antalya
- ANON., 1978. Webster’s New World Dictionary of the American Language, Second Edition, Villiam Collins World Publishing Co., Cleveland 1978, p. 888.
- ANON., 1993. Genel Nüfus Sayımı, T.C.Başbakanlık Devlet İstatistik Enstitüsü, Yayın No :1616, D.İ.E. Matbaası, Ankara.
- BALIZER, L.; GILMORE, S., 1992. Food Preparation Study Course, Iowa State University Pres. Iowa.
- BAYRI, M.H., 1947. İstanbul Ailesinin Mutfağı. İstanbul Folkloru. Türkiye Basımevi, İstanbul.
- BAYSAL, A., 1989. Beslenmenin Sağlık ve Ekonomi Yönünden Önemi.Toplu Gıda Tüketimi Yapılan Kuruluşlarda İnsan Gücü Verimliliğini Artırmaya Yönelik Beslenme Teknikleri, Milli Prodüktivite Merkezi Yayınları 325. Şenol Matbaası Ankara.
- BAYSAL, A., 2002. Beslenme. Hatipoğlu Yayınevi (9. Baskı), Ankara.
- BAYSAL, A., 2002. Genel Beslenme. Hatipoğlu Yayınevi (9. Baskı), Ankara.
- BAYSAL, A., KUTLUAY, T.M., 1994. Menü Planlama İlkeleri, Yiyecek İçecek Hizmeti Veren İşletmelerde Menü Planlama, Unipro Eğitim Seminerleri, Ankara.
- BERG, A.,1973. The Nutritionfactor-Its Role İn National Development. The Breckins İnstitution . Washington,D.C.,
- BEYHAN, Y.; CİĞERİM, N., 1995. Toplu Beslenme Sistemlerinde Menü Yönetimi ve Denetimi, Kök Yayıncılık, Ankara.
- BİRER, S., 1984. Türk Toplumunda Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Türk Mutfağının Özellikleri. Türk Folkloru Araştırmaları 1983. Kültür ve turizm Bakanlığı

- Milli Folklor Dairesi Yayınları. G.Ü. Basın yayın Yüksekokulu Basımevi, Ankara.
- BİRER, S., 1985. Toplu Beslenme Yapılan Kuruluşlarda Yiyeceklere Uygulanan Satın Alma ve Kontrol Yöntemleri ile Depolama Teknikleri, Milli Prodüktivite Merkezi Yayınları : 325,181-196, Ankara.
- BOLAT, T., 1995. Yiyecek-İçecek İşletmelerinde Menü Planlaması ve Fiyatlandırma. Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 133 sayfa, Balıkesir.
- BULDUK, S., 1993. Beslenme Eğitiminin Gerekliliği YA-PA Okul Öncesi Eğitimi ve Yaygınlaştırılması Semineri YA-PA Okul Yayınları , Cağaloğlu, İstanbul.
- CANBOLAT, S.,1990. Bir Tekstil Fabrikasında Çalışan İşçilerin Beslenme Durumu. Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Bilim Uzmanlığı Tezi Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı, Adana
- CİĞERİM, N.; BEYHAN, Y., 1994. Menü Tipleri ve Çeşitli Menü Örnekleri, Yiyecek İçecek Hizmeti Veren İşletmelerde Menü Planlama, Umpro Eğitim Seminerleri, Ankara.
- ÇETİNKAYA, O., 1996. Yiyecek İçecek Endüstrisinde Menü Planlama ve Yiyecek ve İçeceğin Geliştirilmesi (Varan Konaklama Söğütözü Tesislerinde Örnek Bir Uygulama). Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği ve Eğitimi Bilim Dalı, Ankara., 1996..
- COMMINGS, A.R., 1992. Quality Control Principles : Applications in Dietetics Practise, Journal of the American Dietetic Association, 92(4):427-8.
- DAVIS, B.; STONE., 1991. Food&Beverage Management, Printed Great Britian by Butlerand, P.63, London.
- GANEM,B.,C., 1990. Nutritional Menu Concepts For The Hospitality Industry, Van Nostrand Reinhold, New York.
- GRAND, B.; LEHNERT, V.; DOASSANS, M., 1994. Type of Test Meal Affects Palatability and Eating Style in Humans, Appetite, 22: 125-134.
- GÜLEGÜL, H.İ.; SUNAR, F.; PANAL, A., 2003. Toplu Beslenme Sektörü Araştırması (merkezi mutfaklar). Milli Eğitim Bakanlığı Mesleki ve Teknik

- Eğitim Araştırma ve Geliştirme Merkezi Başkanlığı, Milli Eğitim Basımevi, Ankara.
- GÜNEYLİ, U., 1973. Mamak Gaz Maske Fabrikası İşçilerinin Beslenme Durumu, Bunun Sağlık ve İşe Devama Etkisi. H.Ü. Ev Ekonomisi Yüksek Okulu Beslenme Bölümü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- KALDI, N.S., 1995. Kurum Yemekhanelerinde Menü Hazırlanmasındaki Politikalar, Menü Uygulamalarındaki Aksaklıklar Ve Nedenleri. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- KHAN, M.A., 1991. Concepts of Food Service Operations and Management, Van Nostrand Reinhold, Newyork.
- KIZILTAN, G., 1998. Günde Beş Yüz ve Üzeri Kişiyne Yemek Servisi Yapan Toplu Beslenme Kurumlarında Kullanılan Araç-Gereçler, Yemek Üretim ve Servis Kalitesine Etkileri ve Karşılaşılan Sorunlar. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Toplu Beslenme Sistemleri Uzmanlık Tezi, Ankara., 1998.
- KÖKNEL, Ö., 1970. Beslenme Çevrenin Tüm Olarak Sosyo-Ekonomik Etkisi Türk Toplumunda Bugünün Gençliği. Bozak Matbaası, İstanbul.
- KÖSE, T., 2004. Tersane İşçilerinin Enerji Harcamalarının Ve İşyerinde Beslenme Durumlarının Değerlendirilmesi. H.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetmeliğinin Toplu Beslenme Sistemleri Programları İçin Öngördüğü Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara.
- KRAUSE, M.Y.; MAHAN L.K., 1979. Nutrition People and the Community Energy Food Nutrition and Die. Therapy W.B. Saunders Company, USA-England-Canada.
- KUTLUAY, T., 1994. Standart Yemek Tarifeleri, Cihan Matbaası, Ankara.
- KUTLUAY, T.; BİRER, S., 1989. Kurum Beslenmesi, Milli Eğitim Basımevi 4.baskı, İstanbul
- LATTIN, G., W., 1985. The Lodging and Food Service Industry, 3 Rd Ed. The Educational Institute Of The American Hotel And Motel Association, Michigan.

- OLALI, H.;Meral, K.,1989. Otel İşletmeciliği, İşletme İktisadi Enstitüsü Yayınları No: 109, İstanbul.
- ÖNGEL, B.,1982. Türk Mutfağı'nın Gelişimi ve Türk Tarihi Gelenekleri. Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri. Ankara Üniversitesi Basımevi, Ankara
- ÖZARSLAN, Ü.,1981. Sanayi Kesiminde Çalışan 12-18 Yaş Arasındaki Çırakların Enerji Harcamaları, Beslenme Ve Sağlık Durumları Üzerine Bir Araştırma. H.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme Ve Diyetetik Programı Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara
- ÖZDAMAR, K., 2003. SPSS ile Biyoistatistik, Eskişehir.
- REAY, J.1983. A Guide To Catering Organization, Stanley Thornes Publishings, U.K.
- REINHARDT, M., 1994. Increase Referrals with Quality Service Management, Journal of the Ameircan Dietetic Assocation 94 (12):1369-1370.
- REPKO, I.C., MILLER, I.L., 1990. Survey of Food Service Production Forecasting Journal of the American Dietetic Assocation, 90(8):1067-71,1990.
- SALDAMLI, İ., 1998. Gıda Kimyası. H.Ü. Mühendislik Fakültesi Gıda Mühendisliği Bölümü, Ankara.
- SENCER, E., 1987. Beslenme ve Diyet Vücudu Bileşimi. Beslenme Açısından Enerji. Beslenme ve Diyet. Beet Basım Yayım Dağıtım A.Ş., Cağaloğlu-İstanbul.
- STOKES, W.J., 1982. How to Manage a Restaurant Wm. C. Brown Company Publishers, Massachusetts, 1982.
- SÜMBÜLOĞLU, K. 1978. Sağlık Bilimlerinde Araştırma Teknikleri ve İstatistik, Matis Yayınlan, Ankara..
- TANIR, F., 2001. Adana'nın Doğankent Beldesinde Bir Tekstil Fabrikasında Çalışanların Beslenme Durumu. Mesleki Sağlık ve Güvenlik Dergisi 7 (3): 22-25
- TAŞKIN, E., 1991. Konaklama Sektöründeki Yiyecek İçecek İşletmelerinin Optimum Maliyet ve Kârlılık Analizi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü 180 Sayfa. Bursa.

- TDK, 2007. Güncel Türkçe Sözlük ve Yazım Kılavuzu Etkileşimli Yoğun Diski. Yayın No: 904, TDK, Ankara.
- TEZCAN, M., 1982. Türkler’de Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Buna İlişkin Davranış Kalıpları. Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri. Ankara Üniversitesi Basımevi, Ankara.
- TEZCAN, M., 1987. Kültür Kavramı . Kültür ve Kişilik . Olgaç Matbaası . Ankara.
- TSE, 2005. TS 8985 İş Yeri – Yemek Fabrikaları – Toplu Yemek Mutfakları ve Yemek Servisleri Genele Kuralları. Türk standartlar Enstitüsü, Ankara.
- YILDIZ, F., 2005. Mersin ve Adana İllerindeki Toplu Besin Üretimi Yapan Bazı Yemek Fabrikalarının Hijyen ve Sanitasyon Uygulamalarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ç. Ü. Fen Bilimleri Enstitüsü, Gıda Mühendisliği Anabilim Dalı, 120 Sayfa Adana.

ÖZGEÇMİŞ

01.08.1972 tarihinde Tarsus'ta doğdum. İlkokulu Atatürk ilkokulunda , orta ve lise öğrenimimi Tarsus Cengiz Topel Lisesin'de tamamladım.1990 yılında Çukurova Üniversitesi Ziraat Fakültesi Gıda Bilimi ve Teknolojisi Bölümü'nü kazanıp 1995 yılında mezun oldum. Mezuniyet sonrasında Ziraat (Gıda) Mühendisi olarak sırasıyla; Oğuz Gıda Bani Meyve Suyu, Sofra Yemek Üretim A.Ş., Arı-2 Yemekçilik, Atıcı Yemekçilik ve Güney Süt A.Ş. firmalarında çalıştım. Halen Yeditepe Yemekçilik Gıda Hiz. A.Ş.' de yemekhane müdürü olarak çalışmaktayım. Evli ve bir çocuk babasıyım.

A KURUMU ŞUBAT 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.02.2006	İNEGÖL KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
02.02.2006	PİLİÇ BAGET	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	HALKA TATLI
03.02.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
04.02.2006				
05.02.2006				
06.02.2006	YAPRAK SARMA	MERCİMEK ÇORBA	MANTI	ELMA
07.02.2006	PATLICAN PARMAK KEBABI	MEYHANE PİLAVI	YOĞURT	PORTAKAL
08.02.2006	PİLİÇ KAVURMA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ŞEKERPAZE
09.02.2006	ORMAN KEBABI	FIRIN MAKARNA	YOĞURT	MANDALİNA
10.02.2006	BALIK	MERCİMEK ÇORBA	ÇOBAN SALATA	KOLA
11.02.2006				
12.02.2006				
13.02.2006	KARIŞIK KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	PUDİNG
14.02.2006	KARIŞIK KIZARTMA	MANTI	TAVUK ÇORBA	MUZ
15.02.2006	İZMİR KÖFTE	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
16.02.2006	KARNİYARIK	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	LOKMA TATLI
17.02.2006	İNEGÖL KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
18.02.2006				
19.02.2006				
20.02.2006	TAVUK DÖNER	MARUL SALATA	KOLA	SÜTLAÇ
21.02.2006	ÇİFTLİK KEBAP	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PORTAKAL
22.02.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
23.02.2006	MARAŞ TAVA	MEYHANE PİLAVI	YOĞURT	KAZANDIBİ
24.02.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	MARUL SALATA	KOLA
25.02.2006				
26.02.2006				
27.02.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	ELMA
28.02.2006	KARIŞIK KEBAP	ÇOBAN SALATA	KOLA	PUDİNG

B KURUMU ŞUBAT 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.02.2006	TAVUKLU BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	MERCİMEK ÇORBA
02.02.2006	ÇİFTLİK KEBABI	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ELMA
03.02.2006	LAHMACUN	EZOĞELİN ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
04.02.2006				
05.02.2006				
06.02.2006	PİLİÇ TOPKAPI	DOMATES ÇORBA	YOĞURT	PUDİNG
07.02.2006	MEVSİM TÜRLÜ	MEYHANE PİLAVI	YOĞURT	PORTAKAL
08.02.2006	YOĞURTLU KÖFTE	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	LOKMA TATLI
09.02.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
10.02.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
11.02.2006				
12.02.2006				
13.02.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
14.02.2006	TAŞ KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	HALKA TATLI
15.02.2006	EKŞİLİ KÖFTE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	MANDALİNA
16.02.2006	TAVUK KIZARTMA	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
17.02.2006	PEYNİRLİ PİDE	EZOĞELİN ÇORBA	MARUL SALATA	KOLA
18.02.2006				
19.02.2006				
20.02.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
21.02.2006	KADINBUDU KÖFTE	DOMATES ÇORBA	YOĞURT	ŞEKERPAZE
22.02.2006	ET HAŞLAMA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PORTAKAL
23.02.2006	FINDIK KÖFTE	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ISPANAK ÇORBA
24.02.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
25.02.2006				
26.02.2006				
27.02.2006	MEVSİM TÜRLÜ	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	MUZ
28.02.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ELMA

C KURUMU ŞUBAT 2006				
TARİH	1.YEMEK	2.YEMEK	3.YEMEK	4.YEMEK
01.02.2006	SEBZELİ SOTE	MEYHANE PİLAVI	DOMATES ÇORBA	PUDİNG
02.02.2006	DİZİ KÖFTE	PEYNİRLİ MAKARNA	MERCİMEK ÇORBA	YOĞURT
03.02.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	TURŞU	BİSKÜVİ
04.02.2006				
05.02.2006				
06.02.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	EZOĞELİN ÇORBA	İRMİK HELVASI
07.02.2006	ÇİFTLİK KEBABİ	DÖĞME PİLAV	MANTI	BİSKÜVİ
08.02.2006	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	YOĞURT
09.02.2006	TAVUK KIZARTMA	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	DOMATES ÇORBA	HALKA TATLI
10.02.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	ÇOBANSALATA	ŞEKERPAZE
11.02.2006				
12.02.2006				
13.02.2006	NOHUT YAHNİ	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MANTI	BİSKÜVİ
14.02.2006	TAVUK SOTE	HAVUÇLU PİRİNÇ PİLAVI	MARUL SALATA	MERCİMEK ÇORBA
15.02.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI	EZOĞELİN ÇORBA	BURMA TATLI
16.02.2006	MANTARLI ET SOTE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	DOMATES ÇORBA	ELMA
17.02.2006	ORMAN KEBABİ	FIRIN MAKARNA	MERCİMEK ÇORBA	SÜTLAÇ
18.02.2006				
19.02.2006				
20.02.2006	PİLİÇ TOPKAPI	ISPANAK ÇORBA	MARUL SALATA	PORTAKAL
21.02.2006	SEBZELİ TAVA	DÖĞME PİLAV	TAVUK ÇORBA	LOKMA TATLI
22.02.2006	YOĞURTLU KÖFTE	PEYNİRLİ MAKARNA	MARUL SALATA	BİSKÜVİ
23.02.2006	PEYNİRLİ PİDE	MERCİMEK ÇORBA	ÇOBANSALATA	KAZANDIBİ
24.02.2006	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MANTI	MUZ
25.02.2006				
26.02.2006				
27.02.2006	KARIŞIK KIZARTMA	YÜZÜK ÇORBASI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
28.02.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MERCİMEK ÇORBA	PUDİNG

D KURUMU ŞUBAT 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.02.2006	TAVUK KIZARTMA	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
02.02.2006	MEVSİM TÜRLÜ	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	ELMA
03.02.2006	YOĞURTLU KÖFTE	SOSLU MAKARNA	MARUL SALATA	ŞEKERPAZE
04.02.2006				
05.02.2006				
06.02.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
07.02.2006	MANTARLI ET SOTE	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	HALKA TATLI
08.02.2006	ORMAN KEBABİ	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	KAZANDIBİ
09.02.2006	İMAMBAYILDI	YÜZÜK ÇORBASI	YOĞURT	MUZ
10.02.2006	NOHUT YAHNİ	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
11.02.2006				
12.02.2006				
13.02.2006	DİZİ KÖFTE	HAVUÇLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	MERCİMEK ÇORBA
14.02.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ŞAM TATLI
15.02.2006	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	KOL BÖREĞİ	YOĞURT	TAVUK ÇORBA
16.02.2006	ANALI KIZLI	FIRIN MAKARNA	YOĞURT	SÜTLAÇ
17.02.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PORTAKAL
18.02.2006				
19.02.2006				
20.02.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	TULUMBA TATLISI
21.02.2006	ÇİFTLİK KEBABİ	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	DOMATES ÇORBA
22.02.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
23.02.2006	PATLICAN MUSAKKA	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
24.02.2006	EKŞİLİ KÖFTE	SOSLU MAKARNA	YOĞURT	MANDALİNA
25.02.2006				
26.02.2006				
27.02.2006	PİLİÇ TOPKAPI	YÜZÜK ÇORBASI	YOĞURT	PUDİNG
28.02.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	AYRAN	MARUL SALATA

E KURUMU ŞUBAT 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.02.2006	ET HAŞLAMA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TULUMBA TATLISI
02.02.2006	MEVSİM TÜRLÜ	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	CACIK	MUZ
03.02.2006	YOĞURTLU KÖFTE	SOSLU MAKARNA	MARUL SALATA	SÜTLAÇ
04.02.2006				
05.02.2006				
06.02.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
07.02.2006	MANTARLI ET SOTE	HAVUÇLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
08.02.2006	ORMAN KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MARUL SALATA	HALKA TATLI
09.02.2006	İMAMBAYILDI	YÜZÜK ÇORBASI	YOĞURT	MANDALINA
10.02.2006	NOHUT YAHNI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ŞEKERPARE
11.02.2006				
12.02.2006				
13.02.2006	DİZİ KÖFTE	HAVUÇLU PİRİNÇ PİLAVI	MERCİMEK ÇORBA	ELMA
14.02.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	KAZANDIBİ
15.02.2006	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	KOL BÖREĞİ	YOĞURT	TAVUK ÇORBA
16.02.2006	ANALI KIZLI	FIRIN MAKARNA	YOĞURT	PUDİNG
17.02.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PORTAKAL
18.02.2006				
19.02.2006				
20.02.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	CACIK	BURMA TATLI
21.02.2006	ÇİFTLİK KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	MERCİMEK ÇORBA
22.02.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
23.02.2006	PATLICAN MUSAKKA	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	CACIK	SÜTLAÇ
24.02.2006	EKŞİLİ KÖFTE	SOSLU MAKARNA	YOĞURT	MANDALINA
25.02.2006				
26.02.2006				
27.02.2006	PİLİÇ TOPKAPI	DOMATES ÇORBA	MARUL SALATA	PUDİNG
28.02.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	AYRAN	ÇOBANSALATA

F KURUMU ŞUBAT 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.02.2006	KADIN BUDU KÖFTE	MERCİMEK ÇORBA	YOĞURT	SÜTLAÇ
02.02.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TAVUK ÇORBA
03.02.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	YOĞURT	KOLA
04.02.2006				
05.02.2006				
06.02.2006	ÇİFTLİK KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	DOMATES ÇORBA
07.02.2006	ANALI KIZLI	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	ŞEKERPARE
08.02.2006	PİLİÇ TOPKAPI	MERCİMEK ÇORBA	YOĞURT	HALKA TATLI
09.02.2006	MEVSİM TÜRLÜ	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	ELMA
10.02.2006	TAVUK DÖNER	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	KOLA
11.02.2006				
12.02.2006				
13.02.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
14.02.2006	YUMURTALI İSPANAK	TAVUK ÇORBA	YOĞURT	MUZ
15.02.2006	ORMAN KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
16.02.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	LOKMA TATLI
17.02.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	YOĞURT	KOLA
18.02.2006				
19.02.2006				
20.02.2006	YOĞURTLU KÖFTE	SOSLU MAKARNA	MARUL SALATA	PORTAKAL
21.02.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
22.02.2006	KARIŞIK KIZARTMA	YÜZÜK ÇORBASI	YOĞURT	SÜTLAÇ
23.02.2006	MARAŞ TAVA	MEYHANE PİLAVI	YOĞURT	MANDALINA
24.02.2006	TAVUK ŞİŞ	MARUL SALATA	YOĞURT	KOLA
25.02.2006				
26.02.2006				
27.02.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
28.02.2006	PİLİÇ TİFTİK	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	MARUL SALATA

A KURUMU MAYIS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.05.2006	NOHUT YAHNİ	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÇİLEK
02.05.2006	PİLİÇ KAVURMA	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
03.05.2006	TAZE FASULYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
04.05.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	ELMA
05.05.2006	KARIŞIK KIZARTMA	MERCİMEK ÇORBA	KOL BÖREĞİ	KOMPOSTO
06.05.2006				
07.05.2006				
08.05.2006	KURU FASULYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ERİK
09.05.2006	TAS KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	LOKMA TATLI
10.05.2006	TAVUKLU BEZELYE	NOHUTLUPİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
11.05.2006	ET DÖNER	SADE PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
12.05.2006	SANDAL KEBABI	MERCİMEKLI BULGUR PILAVI	CACIK	SÜTLAÇ
13.05.2006				
14.05.2006				
15.05.2006	SEBZELİ TAVA	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	KAYISI
16.05.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLUPİRİNÇ PILAVI	MARUL SALATA	PUDİNG
17.05.2006	KURU FASULYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	MUZ
18.05.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	TULUMBA TATLI
19.05.2006	SEBZELİ SOTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞEKERPARE
20.05.2006				
21.05.2006				
22.05.2006	PATATES MUSAKKA	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	PORTAKAL
23.05.2006	ORMAN KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAZANDİBİ
24.05.2006	MANTARLI PİLİÇ SOTE	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	ELMA
25.05.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	HALKA TATLI
26.05.2006	KURU FASULYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÇİLEK

B KURUMU MAYIS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.05.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ELMA
02.05.2006	İMAM BAYILDI	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	SÜTLAÇ
03.05.2006	TAVUK DÖNER	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MARUL SALATA	AYRAN
04.05.2006	İZMİR KÖFTE	MEYHANE PILAVI	YOĞURT	ERİK
05.05.2006	KARNİYARIK	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	HALKA TATLI
06.05.2006				
07.05.2006				
08.05.2006	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	KOMPOSTO	AYRAN
09.05.2006	SEBZELİ FINDIK KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAYISI
10.05.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
11.05.2006	PATLICAN TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	TULUMBA
12.05.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÇİLEK
13.05.2006				
14.05.2006				
15.05.2006	PATLICAN MUSAKKA	MEYHANE PILAVI	YOĞURT	PORTAKAL
16.05.2006	KAYSERİ TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ERİK
17.05.2006	TAVUK DÖNER	SADE PİRİNÇ PILAVI	MARUL SALATA	KOLA
18.05.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
19.05.2006	KARIŞIK KIZARTMA	KOL BÖREĞİ	YOĞURT	KOMPOSTO
20.05.2006				
21.05.2006				
22.05.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLUPİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ELMA
23.05.2006	PATLICAN GÜVEÇ	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	SÜTLAÇ
24.05.2006	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	KOMPOSTO	AYRAN
25.05.2006	KARNİYARIK	MERCİMEKLI BULGUR PILAVI	YOĞURT	MUZ
26.05.2006	KADINBUDU KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	PUDİNG

C KURUMU MAYIS 2006				
TARİH	1.YEMEK	2.YEMEK	3.YEMEK	4.YEMEK
01.05.2006	TAVUK KIZARTMA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MARUL SALATA	YOĞURT
02.05.2006	PATLICAN TAVA	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	ELMA
03.05.2006	ÇİFTLİK KEBABİ	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAYISI
04.05.2006	İZMİR KÖFTE	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
05.05.2006	KARNİYARIK	MERCİMEKLİ BULGUR PILAVI	CACIK	HALKA TATLI
06.05.2006				
07.05.2006				
08.05.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
09.05.2006	SEBZELİ FINDIK KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	TULUMBA TATLI
10.05.2006	TAVUKLU BEZELYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	ERİK
11.05.2006	PATLICAN TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	İRMİK HELVASI
12.05.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAYISI
13.05.2006				
14.05.2006				
15.05.2006	MARAŞ TAVA	MEYHANE PILAVI	CACIK	ELMA
16.05.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	LOKMA TATLI
17.05.2006	TAVUK DÖNER	SADE PİRİNÇ PILAVI	MARUL SALATA	KOLA
18.05.2006	SANDAL KEBABİ	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	SÜTLAÇ
19.05.2006	DİZİ KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÇİLEK
20.05.2006				
21.05.2006				
22.05.2006	TAVUK KIZARTMA	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞEKERPAZE
23.05.2006	PATLICAN GÜVEÇ	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	MUZ
24.05.2006	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	KOMPOSTO	AYRAN
25.05.2006	KARNİYARIK	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	ŞAM TATLI
26.05.2006	KADINBUDU KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	ELMA

D KURUMU MAYIS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2.YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.05.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TURŞU	HALKA TATLI
02.05.2006	TAZE FASÜLYE	PEYNİRLİ MAKARNA	MANTI	ELMA
03.05.2006	PİLİÇ SOTE	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	PUDİNG
04.05.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	DOMATES ÇORBA	BİSKÜVİ
05.05.2006	PATLICAN TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	ERİK
06.05.2006				
07.05.2006				
08.05.2006	SEBZELİ YAYLA KEBABİ	FIRIN MAKARNA	CACIK	ÇİLEK
09.05.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TAVUK ÇORBA	ŞEKERPAZE
10.05.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARULSALATA	AYRAN
11.05.2006	KARNİYARIK	BULGUR PILAVI	CACIK	BİSKÜVİ
12.05.2006	KADINBUDU KÖFTE	DOMATES ÇORBA	YOĞURT	KAZANDIBİ
13.05.2006				
14.05.2006				
15.05.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	LOKMA TATLI
16.05.2006	KARIŞIK KIZARTMA	KOL BÖREĞİ	MERCİMEK ÇORBA	KOMPOSTO
17.05.2006	TAVUK DÖNER	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	MARULSALATA	KOLA
18.05.2006	SEBZELİ TAVA	PEYNİRLİ MAKARNA	MANTI	BİSKÜVİ
19.05.2006	SEBZELİ FINDIK KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	ŞAM TATLI
20.05.2006				
21.05.2006				
22.05.2006	İMAM BAYILDI	PEYNİRLİ MAKARNA	MANTI	KAYISI
23.05.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	İRMİK HELVA
24.05.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	EZOĞELİN ÇORBA	ELMA
25.05.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
26.05.2006	PATLICAN GÜVEÇ	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	CACIK	HALKA TATLI

E KURUMU MAYIS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2.YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.05.2006	İZMİR KÖFTE	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	LOKMA TATLI
02.05.2006	TAVUK ŞİŞ	MARUL SALATA	KOLA	ELMA
03.05.2006	PATLICAN PARMAK KEBABI	MEYHANE PİLAVI	CACIK	ŞAM TATLI
04.05.2006	PİLİÇ KAVURMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ÇİLEK
05.05.2006	DANA ROSTO	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
06.05.2006				
07.05.2006				
08.05.2006	PATLICAN TAVA	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	CACIK	TULUMBA TATLI
09.05.2006	TAVUK IZGARA	ÇOBAN SALATA	KOLA	SÜTLAÇ
10.05.2006	İSLİM KEBABI	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	ERİK
11.05.2006	SEBZELİ KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
12.05.2006	TAZE FASÜLYE	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	CACIK	KAYISI
13.05.2006				
14.05.2006				
15.05.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	MARUL SALATA	KAYISI
16.05.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	PUDİNG
17.05.2006	KARIŞIK KIZARTMA	KOL BÖREĞİ	YOĞURT	KOMPOSTO
18.05.2006	ET SOTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ÇİLEK
19.05.2006	KARNİYARIK	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	CACIK	KAZANDİBİ
20.05.2006				
21.05.2006				
22.05.2006	KADINBUDU KÖFTE	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	ERİK
23.05.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	PUDİNG
24.05.2006	SEBZELİ TAVA	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	PORTAKAL
25.05.2006	TAVUK KIZARTMA	BEZELYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ŞEKERPARE
26.05.2006	PATLICAN GÜVEÇ	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	HALKA TATLI

F KURUMU MAYIS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2.YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.05.2006	İMAM BAYILDI	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	BURMA TATLI
02.05.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	İRMİK HELVASI
03.05.2006	PATLICAN GÜVEÇ	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	CACIK	ELMA
04.05.2006	TAVUK KIZARTMA	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
05.05.2006	TAS KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	ŞEKERPARE
06.05.2006				
07.05.2006				
08.05.2006	SEBZELİ YAYLA KEBABI	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	SÜTLAÇ
09.05.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	HALKA TATLI
10.05.2006	KARNİYARIK	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	CACIK	KAZANDİBİ
11.05.2006	ET HAŞLAMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	KOLA	ÇİLEK
12.05.2006	İNEGÖL KÖFTE	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	MARUL SALATA	KAYISI
13.05.2006				
14.05.2006				
15.05.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ŞAM TATLI
16.05.2006	KARIŞIK KIZARTMA	KOL BÖREĞİ	MANTI	KOMPOSTO
17.05.2006	SEBZELİ TAVA	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	ERİK
18.05.2006	PİLİÇ TOPKAPI	MARUL SALATA	YOĞURT	KOLA
19.05.2006	ANALI KIZLI	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	ELMA
20.05.2006				
21.05.2006				
22.05.2006	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	SALATA	KOMPOSTO
23.05.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	LOKMA TATLI
24.05.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	AYRAN	MARUL SALATA
25.05.2006	İZMİR KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	ÇİLEK
26.05.2006	PATLICAN GÜVEÇ	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	TULUMBA TATLI

A KURUMU AĞUSTOS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.08.2006	İNEGÖL KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
02.08.2006	KARNİYARIK	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	KARPUZ
03.08.2006	ADANA KEBAP	ÇOBAN SALATA	KOLA	SÜTLAÇ
04.08.2006	İSLİM KEBABI	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	ŞEFTALİ
05.08.2006				
06.08.2006				
07.08.2006	PATLICAN KEBABI	MANTI	ÇOBAN SALATA	KOLA
08.08.2006	PİLİÇ SOTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	LOKMA TATLI
09.08.2006	KARIŞIK KIZARTMA	KOL BÖREĞİ	MANTI	KOMPOSTO
10.08.2006	ADANA KEBAP	ÇOBAN SALATA	KOLA	PUDİNG
11.08.2006	PATLICAN TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	KAVUN
12.08.2006				
13.08.2006				
14.08.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
15.08.2006	SOSLU KÖFTE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	KARPUZ
16.08.2006	PATLICAN KEBABI	ÇOBAN SALATA	MANTI	KOLA
17.08.2006	İNEGÖL KÖFTE	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
18.08.2006	TAS KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞAM TATLI
19.08.2006				
20.08.2006				
21.08.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	KOL BÖREĞİ	KOMPOSTO
22.08.2006	ET SOTE	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÜZÜM
23.08.2006	SERPME KEBAP	PEYNİRLİ MAKARNA	CACIK	PUDİNG
24.08.2006	PİLİÇ BAGET	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
25.08.2006	TAZE FASÜLYE	BEZELYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAYISI
26.08.2006				
27.08.2006				
28.08.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	ÇOBAN SALATA	AYRAN

B KURUMU AĞUSTOS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.08.2006	SERPME KEBAP	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	ÜZÜM
02.08.2006	KARNİYARIK	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAZANDIBİ
03.08.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	DOMATESLİ PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
04.08.2006	DOLMA SARMA	MERCİMEK ÇORBA	CACIK	HALKA TATLI
05.08.2006				
06.08.2006				
07.08.2006	PİLİÇ TOPKAPI	DOMATES ÇORBA	ÇOBAN SALATA	KARPUZ
08.08.2006	ANALI KIZLI	PEYNİRLİ MAKARNA	ÇOBAN SALATA	SÜTLAÇ
09.08.2006	PATLICAN GÜVEÇ	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	LOKMA TATLI
10.08.2006	KADINBUDU KÖFTE	MANTI	MERCİMEK ÇORBA	ŞEFTALİ
11.08.2006	TAZE FASÜLYE	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	ŞEKERPARE
12.08.2006				
13.08.2006				
14.08.2006	TAVUK KIZARTMA	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KAVUN
15.08.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MANTI	BURMA TATLI
16.08.2006	ORMAN KEBABI	FIRIN MAKARNA	CACIK	ÜZÜM
17.08.2006	DİZİ KÖFTE	DOMATESLİ PİRİNÇ PILAVI	MERCİMEK ÇORBA	KOLA
18.08.2006	PATLICAN PARMAK KEBABI	MEYHANE PILAVI	CACIK	SÜTLAÇ
19.08.2006				
20.08.2006				
21.08.2006	SEBZELİ TAVA	PEYNİRLİ MAKARNA	EZOĞELİN ÇORBA	PUDİNG
22.08.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	ÇOBAN SALATA	AYRAN
23.08.2006	SANDAL KEBABI	SOSLU MAKARNA	CACIK	KARPUZ
24.08.2006	PİLİÇ SOTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
25.08.2006	KASIMPAŞA KÖFTE	HAVUÇLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
26.08.2006				
27.08.2006				
28.08.2006	MARAŞ TAVA	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	HALKA TATLI

C KURUMU AĞUSTOS 2006				
TARİH	1.YEMEK	2.YEMEK	3.YEMEK	4.YEMEK
01.08.2006	PATLICAN TAVA	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	ÇOBAN SALATA
02.08.2006	PİLİÇ KAVURMA	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KOLA
03.08.2006	KARIŞIK KEBAP	ÇOBAN SALATA	KOLA	ÜZÜM
04.08.2006	KAĞIT KEBABI	SOSLU MAKARNA	EZOĞELİN ÇORBA	HALKA TATLI
05.08.2006				
06.08.2006				
07.08.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	KOL BÖREĞİ	KOMPOSTO
08.08.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	DOMATES ÇORBA	ÇOBAN SALATA
09.08.2006	KARIŞIK DOLMA	MERCİMEK ÇORBA	CACIK	ŞEKERPAZE
10.08.2006	ETLİ BAMYA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞEFTALİ
11.08.2006	TANDIR KEBAP	SADE PİRİNÇ PILAVI	EZOĞELİN ÇORBA	KOLA
12.08.2006				
13.08.2006				
14.08.2006	İMAM BAYILDI	MANTI	PEYNİRLİ MAKARNA	CACIK
15.08.2006	TAVUK IZGARA	DOMATES ÇORBA	ÇOBAN SALATA	KOLA
16.08.2006	KAYSERİ TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	LOKMA TATLI
17.08.2006	SERPME KEBABI	MERCİMEK ÇORBA	ÇOBAN SALATA	KARPUZ
18.08.2006	FIRIN TAVUK	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAZANDIRI
19.08.2006				
20.08.2006				
21.08.2006	FIRIN PATATES	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	BURMA TATLI
22.08.2006	SEBZELİ TAVUK	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	ÜZÜM
23.08.2006	PATLICAN GÜVEÇ	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	PUDİNG
24.08.2006	ET DÖNER	SADE PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
25.08.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	KOL BÖREĞİ	KOMPOSTO
26.08.2006				
27.08.2006				
28.08.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	İRMİK HELVASI

D KURUMU AĞUSTOS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2.YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.08.2006	SEBZELİ TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞEKERPAZE
02.08.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	AYRAN	ÜZÜM
03.08.2006	TAVUKLU BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
04.08.2006	TAS KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KARPUZ
05.08.2006				
06.08.2006				
07.08.2006	İZMİR KÖFTE	HAVUÇLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	HALKA TATLI
08.08.2006	İSLİM KEBABI	BULGUR PILAVI	CACIK	ŞEFTALİ
09.08.2006	KOL BÖREĞİ	DOMATES ÇORBA	AYRAN	KOMPOSTO
10.08.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	SÜTLAÇ
11.08.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAVUN
12.08.2006				
13.08.2006				
14.08.2006	ET HAŞLAMA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
15.08.2006	MARAŞ TAVA	PEYNİRLİ MAKARNA	CACIK	BURMA TATLI
16.08.2006	LAHMACUN	EZOĞELİN ÇORBA	AYRAN	KAVUN
17.08.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
18.08.2006	KARIŞIK KIZARTMA	YOĞURTLU MAKARNA	MERCİMEK ÇORBA	KAYISI
19.08.2006				
20.08.2006				
21.08.2006	ET SOTE	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
22.08.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÜZÜM
23.08.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	AYRAN	KARPUZ
24.08.2006	KARNİYARIK	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	İRMİK HELVASI
25.08.2006	SEBZELİ FINDIK KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞEFTALİ
26.08.2006				
27.08.2006				
28.08.2006	SEBZELİ TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	LOKMA TATLI

E KURUMU AĞUSTOS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2.YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.08.2006	KARIŞIK DOLMA	MERCİMEK ÇORBA	CACIK	SÜTLAÇ
02.08.2006	LAHMACUN	EZOĞELİN ÇORBA	AYRAN	KARPUZ
03.08.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞEKERPAZE
04.08.2006	TAS KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÜZÜM
05.08.2006				
06.08.2006				
07.08.2006	İZMİR KÖFTE	HAVUÇLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
08.08.2006	TAVUK KIZARTMA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAYISI
09.08.2006	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	AYRAN	KOMPOSTO
10.08.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	BURMA TATLI
11.08.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAVUN
12.08.2006				
13.08.2006				
14.08.2006	TAVUKLU BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞEFTALİ
15.08.2006	MARAŞ TAVA	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	SÜTLAÇ
16.08.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	AYRAN	KARPUZ
17.08.2006	ET SOTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
18.08.2006	KARIŞIK KIZARTMA	YOĞURLU MAKARNA	MERCİMEK ÇORBA	ÜZÜM
19.08.2006				
20.08.2006				
21.08.2006	KARNİYARIK	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	KAZANDIBİ
22.08.2006	İZMİR KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞEFTALİ
23.08.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	AYRAN	KAVUN
24.08.2006	TAVUK DÖNER	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	HALKA TATLI
25.08.2006	ÇİFTLİK KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	KAYISI
26.08.2006				
27.08.2006				
28.08.2006	SEBZELİ TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	PUDİNG

F KURUMU AĞUSTOS 2006				
TARİH	1. YEMEK	2.YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.08.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
02.08.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	HALKA TATLI
03.08.2006	PATLICAN TAVA	PEYNİRLİ MAKARNA	CACIK	KARPUZ
04.08.2006	İZMİR KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
05.08.2006				
06.08.2006				
07.08.2006	TAVUKLU BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ŞEKERPAZE
08.08.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	ÇOBAN SALATA	AYRAN
09.08.2006	ADANA KEBAP	ÇOBAN SALATA	KOLA	PUDİNG
10.08.2006	PİLİÇ SOTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÜZÜM
11.08.2006	SEBZELİ TAVA	PEYNİRLİ MAKARNA	CACIK	LOKMA TATLI
12.08.2006				
13.08.2006				
14.08.2006	ET DÖNER	SADE PİRİNÇ PILAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
15.08.2006	TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	SÜTLAÇ
16.08.2006	DİZİ KÖFTE	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAYISI
17.08.2006	PATLICAN TAVA	MERCİMEKLİ BULGUR PILAVI	CACIK	MUZ
18.08.2006	ET SOTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
19.08.2006				
20.08.2006				
21.08.2006	MANTARLI PİLİÇ SOTE	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KARPUZ
22.08.2006	TAS KEBABI	PEYNİRLİ MAKARNA	CACIK	ŞEFTALİ
23.08.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
24.08.2006	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	ÇOBAN SALATA	KOMPOSTO
25.08.2006	MARAŞ TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	KAVUN
26.08.2006				
27.08.2006				
28.08.2006	ORMAN KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÜZÜM

A KURUMU KASIM 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ARMUT
02.11.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	HAVUÇLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
03.11.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	PUDİNG
04.11.2006				
05.11.2006				
06.11.2006	ANALI- KIZLI	PEYNİRLİ MAKARNA	MARUL SALATA	ELMA
07.11.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	HALKA TATLI
08.11.2006	ORMAN KEBABI	FIRIN MAKARNA	CACIK	SÜTLAÇ
09.11.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÜZÜM
10.11.2006	TAVUK ŞİŞ	MARUL SALATA	KOLA	PUDİNG
11.11.2006				
12.11.2006				
13.11.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
14.11.2006	TAVUK KIZARTMA	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	KOLA	LOKMA TATLI
15.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ELMA
16.11.2006	İZMİR KÖFTE	MARUL SALATA	KOLA	ŞAM TATLI
17.11.2006	ET DÖNER	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	MARUL SALATA	KOLA
18.11.2006				
19.11.2006				
20.11.2006	KARIŞIK KIZARTMA	YÜZÜK ÇORBASI	YOĞURT	BURMA TATLI
21.11.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	PUDİNG
22.11.2006	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ARMUT
23.11.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
24.11.2006	TAVUK DÖNER	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	KOLA	ŞEKERPARE
25.11.2006				
26.11.2006				
27.11.2006	ORMAN KEBABI	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	TATLI
28.11.2006	ET DÖNER	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	MERCİMEK ÇORBA	KOLA

B KURUMU KASIM 2006				
TARİH	1. YEMEK	2. YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK
01.11.2006	ET HAŞLAMA	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ELMA
02.11.2006	ETLİ TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
03.11.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	ÜZÜM
04.11.2006				
05.11.2006				
06.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	TURŞU
07.11.2006	YOGURLU KÖFTE	SOSLU MAKARNA	DOMATES ÇORBA	SÜTLAÇ
08.11.2006	MEVSİM TÜRLÜ	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	ŞAM TATLI
09.11.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ARMUT
10.11.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	KOLA
11.11.2006				
12.11.2006				
13.11.2006	SANDAL KEBABI	FIRIN MAKARNA	YOGURT	LOKMA TATLI
14.11.2006	NOHUT YAHNI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	TURŞU
15.11.2006	KADINBUDU KÖFTE	MERCİMEK ÇORBA	ÇOBAN SALATA	KOLA
16.11.2006	ÇİFTLİK KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
17.11.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	ELMA
18.11.2006				
19.11.2006				
20.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	TURŞU
21.11.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
22.11.2006	MEVSİM TÜRLÜ	MEYHANE PILAVI	CACIK	ŞEKERPARE
23.11.2006	FINDIK KÖFTE	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	KOMPOSTO
24.11.2006	SERPME KEBABI	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
25.11.2006				
26.11.2006				
27.11.2006	ETLİ TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	TULUMBA TATLI
28.11.2006	SEBZELİ TAVA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÜZÜM

C KURUMU KASIM 2006				
TARİH	1.YEMEK	2.YEMEK	3.YEMEK	4.YEMEK
01.11.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
02.11.2006	ETLİ TAZE FASÜLYE	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	CACIK	ELMA
03.11.2006	KARNİYARIK	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ŞEKERPARE
04.11.2006				
05.11.2006				
06.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
07.11.2006	YOGURLU KÖFTE	SOSLU MAKARNA	YOĞURT	ARMUT
08.11.2006	MEVSİM TÜRLÜ	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	LOKMA TATLI
09.11.2006	PİLİÇ KAVURMA	HAVUÇLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ÜZÜM
10.11.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	AYRAN	MARUL SALATA
11.11.2006				
12.11.2006				
13.11.2006	SANDAL KEBABI	FIRIN MAKARNA	CACIK	İRMİK HELVASI
14.11.2006	NOHUT YAHNİ	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
15.11.2006	KADINBUDU KÖFTE	DOMATES ÇORBA	YOĞURT	KOLA
16.11.2006	PİLİÇ SOTE	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
17.11.2006	ET DÖNER	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	ÇOBAN SALATA	KOLA
18.11.2006				
19.11.2006				
20.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	TURŞU
21.11.2006	LAHMACUN	EZOĞELİN ÇORBA	AYRAN	MARUL SALATA
22.11.2006	SEBZELİ FINDIK KÖFTE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
23.11.2006	FIRIN TAVUK	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ÇOBAN SALATA
24.11.2006	YUMURTALI İSPANAK	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	TAVUK ÇORBA
25.11.2006				
26.11.2006				
27.11.2006	Z.YAĞLI TAZE FASÜLYE	ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI	CACIK	HALKA TATLI
28.11.2006	TAVUK HAŞLAMA	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ELMA

D KURUMU KASIM 2006				
TARİH	1. YEMEK	2.YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.11.2006	ET HAŞLAMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ARMUT
02.11.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	ŞEKERPARE
03.11.2006	YUMURTALI İSPANAK	EZOĞELİN ÇORBA	YOĞURT	HALKA TATLI
04.11.2006				
05.11.2006				
06.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	TURŞU
07.11.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
08.11.2006	KADINBUDU KÖFTE	DOMATES ÇORBA	CACIK	ÜZÜM
09.11.2006	ETLİ BEZELYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
10.11.2006	KARIŞIK KIZARTMA	YÜZÜK ÇORBASI	YOĞURT	ELMA
11.11.2006				
12.11.2006				
13.11.2006	PİLİÇ TOPKAPI	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	KOLA
14.11.2006	ZEYTİNYAĞLI TAZE FASÜLYE	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	CACIK	ARMUT
15.11.2006	EKŞİLİ KÖFTE	SOSLU MAKARNA	YOĞURT	TULUMBA TATLI
16.11.2006	ÇİFTLİK KEBABI	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
17.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	TURŞU
18.11.2006				
19.11.2006				
20.11.2006	TAVUK HAŞLAMA	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	KOLA
21.11.2006	NOHUT YAHNİ	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	TURŞU
22.11.2006	KAĞIT KEBABI	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	LOKMA TATLI
23.11.2006	FINDIK KÖFTE	PEYNİRLİ MAKARNA	YOĞURT	SÜTLAÇ
24.11.2006	YUMURTALI İSPANAK	YÜZÜK ÇORBASI	YOĞURT	ELMA
25.11.2006				
26.11.2006				
27.11.2006	TAVUK HAŞLAMA	BEZELYELİ PİRİNÇ PİLAVI	YOĞURT	PUDİNG
28.11.2006	SEBZELİ TAVA	FIRIN MAKARNA	CACIK	MERCİMEK ÇORBA

E KURUMU KASIM 2006				
TARİH	1. YEMEK	2.YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.11.2006	ORMAN KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ELMA
02.11.2006	TAVUK ŞİŞ	ÇOBAN SALATA	KOLA	PUDİNG
03.11.2006	İZMİR KÖFTE	EZOĞELİN ÇORBA	YOĞURT	HALKA TATLI
04.11.2006				
05.11.2006				
06.11.2006	PİLİÇ KAVURMA	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	CACIK	ŞAM TATLI
07.11.2006	DİZİ KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÜZÜM
08.11.2006	NOHUT YAHNİ	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
09.11.2006	ET DÖNER	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	MERCİMEK ÇORBA	KOLA
10.11.2006	KARIŞIK KIZARTMA	KOL BÖREĞİ	EZOĞELİN ÇORBA	KOMPOSTO
11.11.2006				
12.11.2006				
13.11.2006	ZEYTİNYAĞLI TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	TULUMBA TATLI
14.11.2006	SEBZELİ TAVUK	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ELMA
15.11.2006	ET SOTE	HAVUÇLU PİRİNÇ PILAVI	CACIK	KOLA
16.11.2006	ADANA KEBAP	MARUL SALATA	KOLA	PUDİNG
17.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	TURŞU
18.11.2006				
19.11.2006				
20.11.2006	ALİ BABA KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MERCİMEK ÇORBA	BURMA TATLI
21.11.2006	PATLICAN MUSAKKA	MEYHANE PILAVI	YOĞURT	ÜZÜM
22.11.2006	YUMURTALI İSPANAK	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	KOMPOSTO
23.11.2006	ADANA KEBAP	ÇOBAN SALATA	KOLA	PUDİNG
24.11.2006	DİZİ KÖFTE	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
25.11.2006				
26.11.2006				
27.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	TURŞU
28.11.2006	ÇİFTLİK KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KAZANDİBİ

F KURUMU KASIM 2006				
TARİH	1. YEMEK	2.YEMEK	3. YEMEK	4.YEMEK
01.11.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	BURMA TATLI
02.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	TURŞU
03.11.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	PUDİNG
04.11.2006				
05.11.2006				
06.11.2006	LAHMACUN	EZOĞELİN ÇORBA	ÇOBAN SALATA	KOLA
07.11.2006	KADINBUDU KÖFTE	MERCİMEK ÇORBA	YOĞURT	LOKMA TATLI
08.11.2006	İZMİR KÖFTE	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ELMA
09.11.2006	YUMURTALI İSPANAK	YÜZÜK ÇORBASI	YOĞURT	İRMİK HELVASI
10.11.2006	PİLİÇ TOPKAPI	HAVUÇLU PİRİNÇ PILAVI	CACIK	ÜZÜM
11.11.2006				
12.11.2006				
13.11.2006	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	MARUL SALATA	KOMPOSTO
14.11.2006	MEVSİM TÜRLÜ	MEYHANE PILAVI	CACIK	SÜTLAÇ
15.11.2006	ET HAŞLAMA	SADE PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KOLA
16.11.2006	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	CACIK	EZOĞELİN ÇORBA
17.11.2006	TAVUK KIZARTMA	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ÇOBAN SALATA
18.11.2006				
19.11.2006				
20.11.2006	LAHMACUN	MERCİMEK ÇORBA	MARUL SALATA	AYRAN
21.11.2006	ETLİ TAZE FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	CACIK	HALKA TATLI
22.11.2006	FIRIN TAVUK	MISIRLI PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	KOLA
23.11.2006	KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	TURŞU
24.11.2006	PÜRELİ DALYAN KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	ELMA
25.11.2006				
26.11.2006				
27.11.2006	KOL BÖREĞİ	TAVUK ÇORBA	MARUL SALATA	KOMPOSTO
28.11.2006	ETLİ PATATES	MERCİMEKLİ BULGUR PILAVI	CACIK	SÜTLAÇ

GÜNLÜK MENÜ DENETİM LİSTESİ

	Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Toplam
SUBJEKTİF YÖNDEN						
Yemekler tat çeşitliliği yönünden uygun mu?						
Yemeklerin renk kombinasyonu uygun mu?						
Yemekler kıvam açısından uygun mu?						
Öğün örüntüsü genel menü kurallarına uygun mu?						
KBSÖ YÖNÜNDEN						
Mevsimsel faktörler yönünden uygun mu?						
Araç gereç dağılımı dengeli mi?						
Personel yönünden iş yükü dağılımı dengeli mi?						
Yemeklerin servis edilme yöntemleri düşünülmüş mü?						

GENEL MENÜ DENETİM LİSTESİ

- 1) I grup yemeklerin dağılımı birbirini izleyen günler itibari ile uygun mu?**
a) Evet b) Hayır
- 2) II grup yemeklerin dağılımı birbirini izleyen günler itibari ile uygun mu?**
a) Evet b) Hayır
- 3) III grup yemeklerin dağılımı birbirini izleyen günler itibari ile uygun mu?**
a) Evet b) Hayır
- 4) Maliyet birbirini izleyen günler itibari ile dengeli mi?**
a) Evet b) Hayır
- 5) Dönüşüm tamamlanmadan aynı günlere aynı örüntü veya yemek yazılmış mı?**
a) Evet b) Hayır

TÜKETİCİ ANKET FORMU

KONU : Toplu Beslenme Yapılan Kurumlarda Uygulanmakta Olan Menüleri Değerlendirme

ANKET NO :
 ADI-SOYADI :
 CİNSİYETİ : a) Erkek b) Kadın
 MEDENİ DURUMU: : a) Evli b) Bekar c) Dul
 YAŞ :
 VÜCUT AĞIRLIĞI :
 BOY UZUNLUĞU :
 DOĞUM YERİ :
 BKİ (Bu kısmı doldurmayınız) :

1) Öğrenim Durumu

- a) Okuryazar
- b) İlkokul
- c) Ortaokul
- d) Lise
- e) Yüksekokul

2) Herhangi bir sağlık sorununuz var mı?

- a) Kalp damar hastalıkları
- b) Eklem ve Kemik hastalıkları
- c) Metabolizma hastalıkları
- d) Sindirim sistemi hastalıklar
- e) Alerji
- f) Şişmanlık
- g) Diğer

3)Günde kaç öğün yemek yiyorsunuz?

- a) Tek öğün
- b) İki öğün
- c) Üç öğün
- d) Dört öğün
- e) Beş öğün ve fazlası

4) Çalıştığınız kurumun yemekhanesinde yemek yeme sıklığınız nedir?

- a) Her gün yerim
- b) Haftada bir kez yerim
- c) Haftada iki kez yerim
- d) Haftada üç-dört kez yerim

5) Çalıştığınız kurumun yemekhanesinde sürekli yemek yemiyorsanız ne denlerinden üç tanesini önem sırasına göre yazınız.

- a).....
- b).....
- c).....

6) Genel olarak bu kuruluştaki yemek ve yemekhane ile ilgili olumsuz görüşlerinizi belirtiniz.

.....

.....

.....

7) Sizce genel olarak kuruluşunuzda çıkan yemekler burada yemek yiyen grubun (kendinizin)

enerji ve besin öğeleri gereksinimini karşılıyor mu?

- a) Evet b) Hayır

8) Cevabınız "Hayır" ise kuruluşunuzda çıkan yemeklerin ne yönden besin gereksinimlerini karşılamadığını düşünüyorsunuz?

- a) Enerji b) Protein c) Vitamin d) Mineral

9) Sizce aşağıdaki yemek gruplarının haftalık verilme sıklığı ne olmalıdır?

YEMEK GRUBU	Haftada 1	Haftada 2	Haftada 3	Haftada 4	Her gün	Diğer
Büyük parça et yemekleri (Haşlama et, tavuk b.)						
Küçük parça et yemekleri (Kebaplar vb)						
Köfteler (İzmir, Kadınbudu vb)						
Etlı Sebze Yemekleri (Etlı Fasulye, kıymalı bezelye)						
Etlı / kıymalı k.baklagil yem. (Etlı, K.Fasulye, nohut vb)						
Çorba						
Pilav						
Makarna						
Börek						
<u>Zeytinyağlılar</u>						
- Zeytinyağlı Sebze (Z. yağlı pırasa)						
- Z.yağlı kuru baklagil (Z.yağlı barbunya vb)						
Salata						
Yoğurt-cacık						
<u>Tatlılar</u>						
- Sütlu						
- Hamur tatlısı						
- Diğer						
Meyve Komposto						
Turşu						

10) Sizce genel olarak bu kuruluşta çıkan yemekler maliyet yönünden dengeli mi?

- a) Ucuz b) Pahalı c) Dengeli

11) Sizce genel olarak: bu kuruluşta çıkan yemeklerde yemek çeşidi bakımından sık tekrarlar yapılmış mı?

- a) Sık tekrarlar çok fazla b) Yemek çeşidi dengeli c) Diğer (Açıklayınız)

.....

12) Aşağıda belirtilen yemek gruplarının sevdiğiniz ve sevmediğiniz yemekleri karşısına belirtiniz.

YEMEK GRUBU	SEVDİKLERİM	SEVMEDİKLERİM
ET YEMEKLERİ		
ETLİ/KIYMALI SEBZE YEMEKLERİ		
ETLİ/KIY. KURU BAKLAGİL YEMEKLERİ		
ÇORBALAR		
PİLAVLAR		
MAKARNA		
BÖREK		
ZEYTİNYAĞLILAR		
SALATALAR		
TATLILAR		
MEYVE		
KOMPOSTO/HOŞAFLAR		
TURŞU		
YOGURT/CACIK		

13) Aşağıdaki soruları bugün çıkan yemekler için doldurunuz.

- Sizce yemekler arasında renk uyumu var mı? a) Evet b) Hayır
- Sizce yemeklerin kıvamı uygun mu? a) Evet b) Hayır
- Sizce yemekler arasında tad uyumu var mı? a) Evet b) Hayır
- Sizce bugünkü yemekler beslenme yönünden yeterli ve dengeli mi? a) Evet b) Hayır