

# Okulun yemek ritmi



Okulda öğle  
yemeđi

MAISTUVA  
KÖLÜ



7:30

11:00

14:00

17:00

20:00



Evde kahvaltı



Gerektiđinde  
yiyeceđi yanında  
getirme



Evde akřam  
yemeđi ya da  
ara öğün



Evde ara öğün  
ya da hafif  
akřam yemeđi