

ÜLKÜ İLKOKULU BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ OCAK AYI İZLEME VE DEĞERLENDİRME RAPORU

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1. Diyetisyen tarafından sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi	OCAK	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
2. Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi	OCAK	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
3. Sınıf içi beslenme okul panolarının güncellenmesi	OCAK	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
4. Abur-cubur hakkında bilgilendirme	OCAK	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
5. Ocak ayı raporu ve beslenme listesinin hazırlanması	OCAK	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı. Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.





ANASINIFI E ŞUBESİ OCAK / ŞUBAT BESLENME LİSTESİ

**NOT:1. KAHVALTI SAAT EN GEÇ 9.30' DA SINIFA GETİRİLECEKTİR.
KAHVALTI GETİREN VELİ**

GETİRECEKTİR.

2. ÇAY VE İHLAMUR GETİREN VELİ; ÇAY VE İHLAMUR SINIFTA DEMLENECEK BUNUN İÇİN 7 POŞET ÇAY VE İHLAMUR AYRICA YETERİ KADAR KÜP ŞEKERİ GETİRECEKTİR.

3.-DİĞER MALZEMELER İSE ŞÖYLE OLACAKTIR: SİMİT 12 ADET, KARIŞIK TOST 15ADET,

-SÜT, MEYVE SUYU HER BİRİ 3'ER LİTRE OLACAK, ÇORBA SICAK GETİRİLECEK.

-PEYİNİR VE ZEYTİN 750'şER GRAM OLACAKTIR

-MISIR GEVREĞİ: 2 BÜYÜK PAKET,

NOT: SARELLA GETİRECEK VELİ: 2 PAKET DİLİMLENMİŞ TOST EKMEĞİ, 750 GR. SARELLA

	ÖĞ. ADI SOYADI	TARİH	BESLENME ÇEŞİDİ
1.	DERDA ELTAF KAHVECİ	06.01.2017 CUMA	YUMURTALI EKMEK, SÜZME PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, İHLAMUR, ŞEKER, HAVUÇ,BADEM
2.	EFLİN DİBET	09.01.2017 PAZARTESİ	ÇİKOLATALI MISIR GEVREĞİ, KALEM BÖREK, SÜT, FINDIK ,ELMA
3.	ELA ERÇELİK	10.01.2017 SALI	SİMİT , SÜZME PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, CEVİZ, MANDALINA, İHLAMUR, KÜP ŞEKER
4.	EYMEEN UTKU SAĞLAM	11.01.2017 ÇARŞAMBA	3 TANE KATMER, SÜZME PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, FINDIK, MUZ, İHLAMUR, ŞEKER
5.	VESİLE BERRA ÇAKMAK	12.01.2017 PERŞEMBE	SİMİT , SÜZME PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, FINDIK, KIVI, İHLAMUR, KÜP ŞEKER
6.	PELİN ASLAN	13.01.2017 CUMA	KEK, PATATESLİ VE PEYNİRLİ BÖREK, SÜT, MANDALINA, BADEM
7.	EĞEHAN ZADEOĞLU	16.01.2017 PAZARTESİ	ISLAK KEK, PEYNİRLİ PUAÇA, SÜT, BADEM, PORTAKAL
8.	ESAT DAĞDELEN	17.01.2017 SALI	SİMİT , SÜZME PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, FINDIK, KIVI, İHLAMUR, KÜP ŞEKER
9.	BUĞLEM GÖKDOĞAN	18.01.2017 ÇARŞAMBA	PIŞI, SÜZME PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, İHLAMUR, ŞEKER, PORTAKAL, FINDIK
10.	ZEYNEP ZORKOL	19.01.2017 PERŞEMBE	KALEM BÖREK, BISKÜVİLİ PUDİNGLİ PASTA, SÜT, CEVİZ, ELMA
11.	MEHMET EREN GÜNER	06.02.2017 PAZARTESİ	ISLAK KEK, SADE VE PEYNİRLİ PUAÇA, SÜT, ELMA, CEVİZ
12.	ELA DEMİREL	07.02.2017 SALI	ACMA, EK, ÇEÇİL PEYNİRLİ, YEŞİL ZEYTİN, İHLAMUR, ŞEKER, MUZ, CEVİZ
13.	CEYLİN ŞEKERCİ	08.02.2017 ÇARŞAMBA	SİMİT , SÜZME PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, BADEM, ELMA, İHLAMUR, KÜP ŞEKER
14.	ESLEM EKMIŞ	09.02.2017 PERŞEMBE	PEYNİRLİ VE PATATESLİ BÖREK, KEK, SÜT, FINDIK, MANDALINA
15.	YAKUP ÖZKAN	10.02.2017 CUMA	TOST, AYRAN, ELMA
16.	M. YUSUF BERBER	13.02.2017 PAZARTESİ	ISLAK KEK, PENİRLİ VE BOŞ PUAÇA, SÜT, HAVUÇ, CEVİZ

- Beslenme günü için değişiklik yapılması (özel durumlar vb.) gerekirse beni birkaç gün önceden arayınız.
- Simit ve katmer yazılan veliler, sınıfa bu ürünlerin parasını bırakırsa fırından siparişle getirilecektir.

ÜLKÜ İLKOKULU BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ ŞUBAT AYI İZLEME VE DEĞERLENDİRME RAPORU

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1-Okulda ki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi, beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması.Sorunlu olanların velileri ile görüşme.	Şubat	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
2-Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd izletilmesi	Şubat	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
3-Şubat ayı raporu ve beslenme listesinin hazırlanması	Şubat	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.



ÜLKÜ İLKOKULU BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ MART AYI İZLEME VE DEĞERLENDİRME RAPORU

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
1. Her gün öğrenci girişlerinde sağlık için spor hareketlerinin yapılacağı bilgisinin öğretmenlere ve öğrencilere verilmesi	Mart	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
2. Fast Food hakkında bilgilendirme	Mart	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
3. Mart ayı raporu ve beslenme listesinin hazırlanması	Mart	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.



ANASINIFI C ŞUBESİ BESLENME LİSTESİ (ŞUBAT-MART)

Beslenme getiren velimiz gelirken yanında 1 tane kağıt havlu getirecektir.

TARİH	İSİM	GETİRİLECEKLER
22 ŞUBAT 2017	GÜLPERİ DALDAL	Simit,üçgen peynir,yeşil zeytin,çay,meyve
23 ŞUBAT 2017	BUSE CİVA	Patatesli börek,ıslak kek
24 ŞUBAT 2017	AZRA ALTUNER	3 tane katmer, peynir,açık çay havuç
27 ŞUBAT 2017	ELİFNAZ YILMAZ	nokul,beyaz peynir,ıhlamur,elma
28 ŞUBAT 2017	ÇINAR DANIŞMAN	peynir,yeşil zeytin,3 ADET ekmek,çay,ceviz,meyve
1 MART 2017	ELA MERVE YİĞİT	13 tane kaşarlı pide,meyve suyu,portakal
2 MART 2017	MEHMET AKAY	Pişi,beyaz peynir, çeri domates,çay
3 MART 2017	GÜRHAN TEZCAN	Peynirli kalem börek,kurabiye,meyve suyu
6 MART 2017	İSLAM DEMİR	Simit,peynir,zeytin,ıhlamur
7 MART 2017	ELİF KELEŞ	Sade minik poğaç,kaşar peynir,zeytin,
8 MART 2017	ELİF SÜMBÜL	Çikolatalı ekmek,süt,tuzlu kurabiye muz
9 MART 2017	MAHDİYAR MOUSAVI	13 adet tost,ayran,kivi
10 MART 2017	BELİNAY SU KILLI	peynir,yeşil zeytin,3 ADET ekmek,çay,ceviz,meyve

Not: Z katlamalı havlu kağıtlar,bireysel olarak gönderilmediğinden sınıf ücretinden toplu olarak alınacaktır.EV YAPIMI TOSTLAR ÇOK YENİLDİĞİNDEN SAYIDAN FAZLA YAPILMASINI RİCA EDİYORUM.

ÜLKÜ İLKOKULU BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ NİSAN AYI İZLEME VE DEĞERLENDİRME RAPORU

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
Okul bahçesinin düzenlenmesi	Nisan	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında bilgilendirme	Nisan	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
Abur-cubura son etkinliği yapılması (resim-drama-sergi) vb	Nisan	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
Öğrenci ve velilerle beraber sağlıklı yaşam yürüyüşü yapılması	Nisan	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
Velilerimizle sağlıklı hayat ile ilgili nelerin yapıldığı ile ilgili anket çalışması yapılması	Nisan	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme	Nisan	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
Nisan ayı raporu ve beslenme listesinin hazırlanması	Nisan	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.

SAĞLIĞIMIZ İÇİN YÜRÜYÜRÜZ



Sağlığımız için adım atıyoruz,
yaşamımıza hareket katıyoruz...
Yürüyoruz...

Ülkü İlkokulu Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi

Ülkü İlkokulu Öğrenci, öğretmen ve velileri olarak Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında 19 Nisan Çarşamba günü saat 14:00'da "Sağlığımız İçin Yürüyoruz" etkinliği düzenliyoruz. Tüm 3. ve 4. Sınıf Öğrenci öğretmen ve velilerimizi Atatürk Stadyumuna bekliyoruz.

19 Nisan 2017



ANASINIFI E ŞUBESİ BESLENME LİSTESİ (MAYIS)

NOT:1. KAHVALTI SAAT EN GEÇ 9.30' DA SINIFA GETİRİLECEKTİR.
KAHVALTI GETİREN VELİ: 1 PEÇETE,1TUVALET KAĞIDI VE 1 PAKET Z KATLAMALI KAĞIT HAYLI GETİRECEKTİR.
2. ÇAY VE İHLAMUR GETİREN VELİ: ÇAY VE İHLAMUR SINIFTA DEMLENECEK BUNUN İÇİN 10 ÇAY VE İHLAMUR AYRICA YETERİ KADAR KÜP ŞEKERİ GETİRECEKTİR.
3.-DİĞER MALZEMELER İSE ŞÖYLE OLACAKTIR: SİMİT 16 ADET, KARIŞIK TOST 18ADET, -SÜT 3 , MEYVE SUYU 4 LİTRE (AYNI ÇEŞİT) OLACAK, GETİRİLECEK.
-PEYNİR VE ZEYTİN 750'ger GRAM OLACAKTIR
-MISIR GEVREĞİ 2 BÜYÜK PAKET,

*****ÇEREZLERİN 5 TL LİK VEYA 100 GR OLMASI YETERLİDİR.**

	ÖĞ. ADI SOYADI	TARİH	BESLENME ÇEŞİDİ
1.	BEGÖM BACAK	04.05.2016 ÇARŞAMBA	4 TANE KATMER, BEYAZ PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, ÇERİ DOMATES, PORTAKAL, FINDIK
2.	SÜLEYMAN KAŞLI	05.05.2016 PERŞEMBE	ISLAK KEK, PEYNİRLİ VE PATATESLİ BÖREK, BADEM, ÇİLEK
3.	AHMET YİĞİT ÇEVİK	06.05.2016 CUMA	SİMİT , ÜÇGEN PEYNİR, ÇERİ DOMATES, SALATALIK YEŞİL ZEYTİN, ELMA, FINDIK, İHLAMUR, ŞEKER
4.	MEHMET EGE YILDIRIM	09.05.2016 PAZARTESİ	4 TANE KATMER, BEYAZ PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, ÇERİ DOMATES, ERİK, FINDIK, ÇAY VE ŞEKER
5.	ALİ HASAN KÖSE	10.05.2016 SALI	TOST(EVDE YAPILIRSA 24 ADET) MEYVE SUYU, CEVİZ, SALATALIK
6.	BUĞRA YEŞİLOT	11.05.2016 ÇARŞAMBA	4 TANE- HAMURSUZ, BEYAZ PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, PORTAKAL, FINDIK
7.	HAMZA TÜFEKÇİ	12.05.2016 PERŞEMBE	PİŞİSÜZME PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, ÇERİ DOMATES, SALATALIK, ÇAY, ŞEKER, FINDIK
8.	DENİZ BAYAR	13.05.2016 CUMA	SARMA, KEK, CEVİZ, ERİK
9.	HAZEL ÖNVERDİ	16.05.2016 PAZARTESİ	SİMİT , ÜÇGEN PEYNİR, ÇERİ DOMATES, SALATALIK YEŞİL ZEYTİN, ELMA, FINDIK, İHLAMUR, ŞEKER
10.	ÖMER YILDIZ	17.05.2016 SALI	PATATES KIZARTMASI, 1 PAKET EKMEK, BEYAZ PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, ÇERİ DOMATES, SALATALIK, ÇİLEK, BADEM
11.	ŞERİFE ES	18.05.2016 ÇARŞAMBA	TOST(EVDE YAPILIRSA 24 ADET) MEYVE SUYU, CEVİZ, SALATALIK
12.	EBRAR SU GEZER	20.05.2016 CUMA	4 TANE KATMER, BEYAZ PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, ÇERİ DOMATES, PORTAKAL, FINDIK, ÇAY, ŞEKER
13.	MELİS SÜNLÜ	23.05.2016 PAZARTESİ	AÇMA, SÜZME PEYNİR, DOMATES, SALATALIK YEŞİL ZEYTİN, ELMA, FINDIK, İHLAMUR, ŞEKER
14.	SÜLEYMAN GEMCİ	24.05.2016 SALI	MISIR GEVREĞİ, SÜT, KALEM BÖREK, BADEM, ERİK VEYA YENİ DÜNYA
15.	EYLÜL KADIOĞLU	25.05.2016 ÇARŞAMBA	KEK, BÖREK, FINDIK, ÇİLEK
16.	KAAN MEHMET ANAN	26.05.2016 PERŞEMBE	ÇİKOLATALI EKMEK, 2 PAKET TOST EKMEĞİ, KALEM BÖREK, SÜT, BADEM, ERİK VEYA YENİ DÜNYA
17.	MELEK DERİNSU EREL	27.05.2016 CUMA	SİMİT , ÜÇGEN PEYNİR, ÇERİ DOMATES, SALATALIK YEŞİL ZEYTİN, ELMA, FINDIK
18.	RAMAZAN ARAL DEMİRAL	30.05.2016 PAZARTESİ	KARIŞIK GÖZLEME(14 ADET), ÇERİ DOMATES, SALATALIK, FINDIK, ELMA
19.	MİRAY MASAL AYAZ	31.05.2016 SALI	SİMİT , ÜÇGEN PEYNİR, ÇERİ DOMATES, SALATALIK YEŞİL ZEYTİN, KARPUZ, FINDIK
20.	AYŞE GÖKÇE TAŞCI	01.06.2016 ÇARŞAMBA	POĞAÇA, KEK, ÇİLEK, BADEM

ÜLKÜ İLKOKULU BESLENME DOSTU OKUL PROJESİ MAYIS AYI İZLEME VE DEĞERLENDİRME RAPORU

ETKİNLİKLER	UYGULAMA ZAMANI	AÇIK HEDEF UYGULANDI MI?		İZLEME DEĞERLENDİRME
		Evet	Hayır	
Sağlıklı yaşam ve doğa sevgisi kazandırmak adına okul pikniği düzenlenmesi	MAYIS	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
Sağlıklı beslenme günü ve Dünya Obezite günü nedeniyle Çocuğumu abur cubur dan uzak nasıl tutabilirim etkinliği düzenlemek	MAYIS	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
Yıl boyunca yapılan çalışmalarını sergilemek	MAYIS	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.
Mays ayı raporu ve beslenme listesinin hazırlanması	MAYIS	✓		Hedefler ve amaçlar başarıyla uygulandı.











ÜLKÜ İLKOKULU
2016-2017 Eğitim Öğretim Yılı 3. Sınıflar ve 4. Sınıflar Arası Futbol Turnuvası

Ülkülü Çocuklar

Okulumuzda düzenlenecek olan futbol turnuvasına sınıf olarak takımınızı kurup katılabiliyorsunuz. Başvuru için gerekli belgeleri idareden alabilirsiniz.

Başvular:



Son Başvuru Tarihi :
31 Mart 2017
Saat: 15.00

ÜLKÜ İLKOKULU
Kocaeli Mahallesi 1204 Sokak
Telefon: 0 246 218 14 63
Faks: 0 246 202 75 30
E-posta: 7006946@okul.kizilay

