

02.12.2024 Pazartesi	KALORİ (KCAL)	03.12.2024 Salı	KALORİ (KCAL)	04.12.2024 Çarşamba	KALORİ (KCAL)	05.12.2024 Perşembe	KALORİ (KCAL)	06.12.2024 Cuma	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME	
HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	SUSAMLI SİMİT	275	GÖZLEME	269	BEYAZ PEYNİR	93	SUCUKLU OMLET	242
BEYAZ PEYNİR, SİYAH ZEYTİN	93	KREM PEYNİR	39	FINDIK EZMESİ	72	DOMATES	20	TAHİN PEKMEZ	66
TAHİN PEKMEZ	66	YEŞİL ZEYTİN	50	KAŞAR PEYNİR	106	REÇEL, ZEYTİN	82	YEŞİL ZEYTİN	50
BİTKİ ÇAY	0	SÜT	128	ÇAY	0	SÜT	128	BİTKİ ÇAY	0
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
SÜZME MERCİMEK ÇORBA	85	YAYLA ÇORBA	94	TARHANA ÇORBA	67	EZOĞELİN ÇORBA	91	KIŞ ÇORBA	124
TAZE FASULYE	73	DALYAN KÖFTE	209	ETLİ NOHUT	285	ISPAK YEMEĞİ	133	TAVUK DÖNER	250
SOSLU MAKARNA	230	PATATES PÜRESİ	189	PİRİNÇ PİLAVI	139	FİRİN MAKARNA	191	MARUL SALATA	93
MOZAİK PASTA	221	MEVSİM SALATA	59	TURŞU	54	YOĞURT	122	AYRAN	60
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
SÜTLAÇ	200	UN KURABIYE, LİMONATA	294	MUZLU MUHALLEBİ	116	KALEM BÖREĞİ, BİTKİ ÇAY	187	HAYAT PASTA	250

09.12.2024 Pazartesi	KALORİ (KCAL)	10.12.2024 Salı	KALORİ (KCAL)	11.12.2024 Çarşamba	KALORİ (KCAL)	12.12.2024 Perşembe	KALORİ (KCAL)	13.12.2024 Cuma	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME	
ZEYTİNLİ POĞAÇA	267	PATATES KIZARTMASI	210	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	BAZLAMA	177	OMLET	101
BEYAZ PEYNİR	93	KAŞAR PEYNİR	106	KAKAOLU HELVA	113	TEREYAĞ, BAL	86	BEYAZ PEYNİR	93
TAHİN PEKMEZ	66	ÇİLEK REÇEL	32	BEYAZ PEYNİR	93	SİYAH ZEYTİN	50	REÇEL	32
ÇAY	0	SÜT	128	BİTKİ ÇAYI	0	SÜT	128	BİTKİ ÇAYI	0
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
TAVUKLU ŞEHİRİYE ÇORBA	165	TARHANA ÇORBA	67	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	85	DOMATES ÇORBA	85	KREMALİ SEBZE ÇORBA	141
BARBUNYA YEMEĞİ	149	TAVUK SOTE	169	KAYSERİ MANTI	254	TAVUKLU NOHUTLU PİLAV	300	TAVUK ŞİNİTZEL	285
ERİŞTE	164	SEBZELİ BULGUR PİLAV	157	YOĞURT	122	TURŞU	54	ELMA DİLİMLİ PATATES	121
REVANİ	209	CACIK	128	MANDALİNA	66	AYRAN	60	AYRAN	60
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
SUPANGLE	122	SADE KEK, SÜT	240	MINİ PIZZA, MEYVE SUYU	288	ELMALI KEK, LİMONATA	245	HAYAT PASTA	250

16.12.2024 Pazartesi	KALORİ (KCAL)	17.12.2024 Salı	KALORİ (KCAL)	18.12.2024 Çarşamba	KALORİ (KCAL)	19.12.2024 Perşembe	KALORİ (KCAL)	20.12.2024 Cuma	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME	
KAŞAR PEYNİR	106	SADE AÇMA	225	PATATESLİ BÖREK	272	SİMİT	275	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78
FINDIK EZMESİ	72	VIŞNE REÇEL	32	BEYAZ PEYNİR	93	KREM PEYNİR	39	YEŞİL ZEYTİN	50
YEŞİL ZEYTİN	50	SİYAH ZEYTİN, PEYNİR	50	YEŞİL ZEYTİN	50	SİYAH ZEYTİN	50	TAHİN -PEKMEZ	66
ÇAY	0	SÜT	128	BİTKİ ÇAYI	0	SÜT	128	ÇAY	0
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
YAYLA ÇORBA	94	KIRMIZI MERCİMEK ÇORBA	85	TARHANA ÇORBA	67	TEL ŞEHİRİYE ÇORBA	132	KREMALİ MANTAR ÇORBA	115
ORMAN KEBABİ	256	FİRİN TAVUK	276	KARNABAHAİR KIZARTMA	175	ETLİ KURU FASULYE	267	PATATESLİ KIR PİDESİ	240
BULGUR PİLAVI	150	SEBZELİ PİLAV	139	MAKARNA, YOĞURT	242	PİRİNÇ PİLAV	139	AYRAN	60
SALATA	59	MANDALİNA	66	TULUMBA	170	KARIŞIK TURŞU	54		
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
ZEBRA KEK	180	KISIR, YEŞİLLİK	178	PUDİNG	122	SARALLE EKMEK	150	HAYAT PASTASI	250

23.12.2024 Pazartesi	KALORİ (KCAL)	24.12.2024 Salı	KALORİ (KCAL)	25.12.2024 Çarşamba	KALORİ (KCAL)	26.12.2024 Perşembe	KALORİ (KCAL)	27.12.2024 Cuma	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME	
HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	KATMER	256	PATATESLİ SANDVIÇ	300	SADE POĞAÇA	225	PATATESLİ OMLET	119
BEYAZ PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN	93	KAŞAR PEYNİR	106	PEYNİR	93	ÇİLEK REÇEL	32	BEYAZ PEYNİR	93
TAHİN PEKMEZ	66	SİYAH ZEYTİN	50	ZEYTİN	50	YEŞİL ZEYTİN, PEYNİR	50	SİYAH ZEYTİN	50
ÇAY	0	SÜT	128	BİTKİ ÇAY	0	SÜT	128	ÇAY	0
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
SÜZME MERCİMEK ÇORBA	85	TAVUKLU ŞEHİRİYE ÇORBA	165	EZOĞELİN ÇORBA	91	YARMA ÇORBA	94	DOMATES ÇORBA	85
MEVSİM TÜRLÜ	221	KIYMALI PATATES	236	SEBZELİ TAVUK SOTE	175	ÇÖKERTME KEBABİ	300	EKMEK ARASI İNEGÖL KÖFTE	268
BULGUR PİLAVI	150	YOĞURTLU MANTI MAKARNA	300	PİRİNÇ PİLAVI	139	MISIRLI PİLAV	104	SOĞAN SALATASI	59
YOĞURT	122	ELMA	47	AYRAN	60	BAHÇE SALATA	72	AYRAN	60
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
MEYVE, BİSKÜVİ	197	KAŞARLI SANDVIÇ	261	KAKAOLU KEK	268	MEYVE SALATASI	172	HAYAT PASTA	250

30.12.2024 Pazartesi	KALORİ (KCAL)	31.12.2024 Salı	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME	
ANKARA SİMİDİ	275	KAŞAR PEYNİR	106
KREM PEYNİR	39	KAKAOLU FINDIK EZMESİ	72
YEŞİL ZEYTİN	50	SİYAH ZEYTİN	50
ÇAY	0	SÜT	128
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
KIRMIZI MERCİMEK ÇORBA	85	TARHANA ÇORBA	67
KAPUSKA	118	TAVUK ŞİNİTZEL	285
SPAGETTİ	230	ÇİTİR PATATES	210
YOĞURT	122		
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
PİZZA	172	LİMONLU KEK	150



YEMEK LİSTESİ

ARALIK 2024

