

01.10.2024 Salı	KALORİ (KCAL)	02.10.2024 Çarşamba	KALORİ (KCAL)	03.10.2024 Perşembe	KALORİ (KCAL)	04.10.2024 Cuma	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME	
Haşlanmış Yumurta	78	Susamlı Simit	275	Patates Kızartma	210	Sade Omlet	101
Beyaz Peynir	93	Krem Peynir	39	Kaşar Peynir	106	Bal, Tereyağ	86
Sarelle	55	Yeşil Zeytin	50	Siyah zeytin	50	Yeşil Zeytin	50
Süt	128	Çay	0	Süt	128	Çay	0
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
Tarhana Çorba	67	Yayla Çorba	94	Süzme Mercimek Çorba	85	Tutmaç Çorba	72
Etlı Nohut Yemeği	285	Fırında Soslu Misket Köfte	264	Etlı Bezelye	201	Et Tantuni	379
Şehriyeli Pilav	171	Cevizli Erişte	164	Soslu Makarna	230	Salata Bar	59
Mevsim Salata	59	Kuru Kayısı Hoşafı	136	Üzüm	69	Ayran	60
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
Kakaolu Puding	132	Meyve Salatası	172	Sade Kek, Limonata	245	Hayat Pastası	250

07.10.2024 Pazartesi	KALORİ (KCAL)	08.10.2024 Salı	KALORİ (KCAL)	09.10.2024 Çarşamba	KALORİ (KCAL)	10.10.2024 Perşembe	KALORİ (KCAL)	11.10.2024 Cuma	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME	
Kaşar Peynirli Sandviç	261	Bazlama	177	Susamlı Simit	275	Beyaz Peynir	93	Omlet	101
Domates	20	Tereyağ, Bal	86	Krem Peynir	39	Yeşil Zeytin	50	Kaşar Peyniri	106
Siyah Zeytin	50	Beyaz Peynir	93	Yeşil Zeytin	50	Sarelle	55	Tahin-Pekmez	66
Çay	0	Süt	128	Bitki Çayı	0	Süt	128	Çay	0
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
Kremalı Mantar Çorba	115	Tel Şehriye Çorba	132	Ezogelin Çorba	91	Domates Çorba	85	Kremalı Sebze Çorbası	141
Kış Bahçıvan Kebap	303	Tavuk Şinitzel	285	Patlıcan Musakka	131	Etlı Biber Dolma	294	Ekmek Arası Köfte	268
Pirinç Pilavı	139	Bulgur Pilavı	150	Metek Pilavı	200	Yoğurt	122	Çıtır Patates Kızartması	210
Karışık Turşu	54	Meyve Bar	172	Mozaik Pasta	221	Armut	114	Ayran	60
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
Un Kurabiyesi, Bitki Çayı	257	Mercimek Köfte, Yeşillik	117	Elma, Bisküvi	197	Muffin Kek, Meyve Suyu	176	Hayat Pastası	250

14.10.2024 Pazartesi	KALORİ (KCAL)	15.10.2024 Salı	KALORİ (KCAL)	16.10.2024 Çarşamba	KALORİ (KCAL)	17.10.2024 Perşembe	KALORİ (KCAL)	18.10.2024 Cuma	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME	
Haşlanmış Yumurta	78	Susamlı simit	275	Gözleme	269	Peynirli Omlet	204	Kaşar Peyniri	106
Beyaz Peynir	93	Krem peynir	39	Beyaz Peynir	93	Vişne Reçel	32	Domates, Salatalık	40
Siyah Zeytin	50	Sarelle	55	Siyah Zeytin	55	Siyah Zeytin	50	Tereyağ, Bal	86
Çay	0	Süt	128	Çay	0	Süt	128	Çay	0
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
Yüksük Çorba	172	Mercimek Çorba	85	Alaca Çorba	159	Ezogelin Çorba	91	Tarhana Çorba	67
Kıymalı Patates	236	Soslu Karışık Kızartma	224	Mantarlı Tavuk Sote	169	Kıymalı Ispanak	162	Hamburger	295
Fırın Makarna	191	Kelebek Makarna	120	Pirinç Pilavı	139	Tepsi Böreği	250	Soğan Halkası	97
Mevsim Salata	59	Elma	47	Revani	209	Yoğurt	122	Ayran	60
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
Mozaik Pasta	221	Anne Kurabiyesi, Meyve Suyu	197	Kısır, Yeşillik	178	Muhallebi	233	Hayat Pastası	250

21.10.2024 Pazartesi	KALORİ (KCAL)	22.10.2024 Salı	KALORİ (KCAL)	23.10.2024 Çarşamba	KALORİ (KCAL)	24.10.2024 Perşembe	KALORİ (KCAL)	25.10.2024 Cuma	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME		BESLENME	
Ankara Simidi	275	Patates Kızartması	210	Sucuklu Omlet	242	Peynirli Poğaç	274	Haşlanmış Yumurta	78
Krem Peynir	39	Kaşar Peynir	106	Beyaz Peynir	93	Siyah Zeytin	50	Kaşar Peynir	106
Çilek Reçel	32	Siyah Zeytin	50	Yeşil Zeytin	50	Fındık Ezmesi	72	Siyah Zeytin	50
Kuşburnu Çayı	1	Süt	128	Bitki Çayı	0	Süt	128	Çay	0
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
Mercimek Çorba	85	Kıtır Ekmekli Domates Çorba	245	Şehriye Çorba	132	Tarhana Çorba	67	Ezogelin Çorba	91
Etlı Mevsim Türlü	221	Ankara Tava	250	Kabak Kalye	116	Kuru Fasulye	267	Tavuk Döner	250
Bulgur Pilavı	150	Sebze Garnitür	88	Spagetti Makarna	230	Pirinç Pilavı	139	Mevsim Salata	59
Yoğurt	122	Mandalina	66	Yoğurt	122	Turşu	54	Ayran	60
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
Zebra Kek	180	Sütlac	263	Mini Pizza, Meyve suyu	288	Meyve Salatası	172	Hayat Pastası	250

28.10.2024 Pazartesi	KALORİ (KCAL)	30.10.2024 Çarşamba	KALORİ (KCAL)	31.10.2024 Perşembe	KALORİ (KCAL)
BESLENME		BESLENME		BESLENME	
Beyaz Peynir	93	Beyaz Peynir	93	Gözleme	269
Tahin Pekmez	66	Yeşil Zeytin	50	Kaşar Peynir	106
Domates, Salatalık	40	Fındık Ezmesi	72	Tereyağ, Bal	86
Çay	0	Bitki Çayı	0	Süt	128
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
Dövme Çorba	85	Ezogelin Çorba	91	Yeşil Mercimek Çorba	85
Çiftlik Kebabı	214	Barbunya	149	Tavuk Külbastı	278
Şehriyeli Pirinç Pilavı	200	Gül Böreği	246	Elma Dilimli Patates Kızartması	121
Marul Salatası	93	Yoğurt	122	Üzüm	69
İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ		İKİNDİ BESLENMESİ	
Kalem Böreği, Bitki Çayı	187	Elmalı Turta	237	Büsküvili Muhallebi	233

29 EKİM
CUMHURİYET BAYRAMI

DYT. ZEHRA BERRENER YAVUZ



YEMEK LİSTESİ

EKİM 2024

