

KAHVALTI - YEMEK - ARA ÖĞÜN LİSTESİ

Kahvaltı ve yemek tüm öğrencilerimize, ara öğün ise sadece anaokulu öğrencilerimize yöneliktir.

NİSAN'26

30 MART

PAZARTESİ

SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,00	ÇAY- SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00	KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00	SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00	BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00
VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00	VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00	MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00	DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00	HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00	KİLİS EZME	24,00
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00	SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00	PATATES KIZARTMASI	180,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ	ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
SÜZME MERCİMEK ÇORBA	101,00	KAŞARLI DOMATES ÇORBA	56,00
PÜRELİ TAS KEBABI	331,00	HAMBURGER	310,00
KABAK GRATEN (vejetaryen)	110,00	KARNABAHAAR YEMEĞİ (vejetaryen)	45,00
PIRİNÇ PILAVI	270,00	CAJUN BAHARATLI PATATES	187,00
SALATABAR	KALORİ	SALATABAR	KALORİ
PEYNİRLİ ROKA SALATASI	34,00	YOĞURTLU MAKARNA	135,00
MEVSİM SALATA	64,00	KARAMELİZE SOĞAN MEZESİ	86,00
YOĞURT	21,00	GÖBEK SÖĞÜŞ	78,00
MEYVE KOMPOSTO	85,00	LİMONATA	16,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ	PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
TİRAMİSU	116,00	BİSKÜVİLİ PASTA	129,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00	MEVSİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00	BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ	ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
KURU ÜZÜM-CEVİZ	270,00	SADE MAKARNA	150,00

06 NİSAN

PAZARTESİ

SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,00	ÇAY- SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00	KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00	SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00	BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00
VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00	VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00	MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00	DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00	HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00	KİLİS EZME	24,00
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00	SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00	PATATES KIZARTMASI	141,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ	ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
EZOĞELİN ÇORBA	101,00	YAYLA ÇORBASİ	46,00
ÇÖKERTME KEBABI	282,00	PİLİÇ ŞİŞ	324,00
KAPYA BIBER GRATEN (vejetaryen)	154,00	RATATOUILLE (vejetaryen)	80,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00	PESTO SOSLU MAKARNA	217,00
SALATABAR	KALORİ	SALATABAR	KALORİ
BROKOLİ SALATASI	57,00	YOĞURTLU HAVUÇ KIZARTMASI	88,00
AKDENİZ SALATASI	12,00	NAR SALATASI	37,00
PANZANELLA	45,00	NURDAĞ SALATASI	64,00
YOĞURT	64,00	ACILI OSMANLI EZME	104,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ	PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
KARAMELİ RODEO PASTA	365,00	PROFİTEROL	340,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00	MEVSİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00	BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ	ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
KISIR	162,00	ÇİKOLATA TOPLARI	130,00

13 NİSAN

PAZARTESİ

SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,00	ÇAY- SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00	KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00	SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00	BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00
VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00	VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00	MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00	DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00	HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00	KİLİS EZME	24,00
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00	SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00	PATATES BLANJÖR	180,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ	ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
SÜZME MERCİMEK ÇORBA	97,00	ŞEHİRİYELİ DOMATES ÇORBASİ	85,00
ROSTO KÖFTE	260,00	TİFTİK TAVUK	180,00
BEŞAMEL SOSLU İSPANAK (vejetaryen)	84,00	İMAMBAYLIDİ (vejetaryen)	201,00
BULGUR PILAVI	185,00	NOHUTLU PİRİNÇ PILAVI	313,00
SALATABAR	KALORİ	SALATABAR	KALORİ
KIZARMIŞ KABAK PIYAZI	199,00	HARDALLI PATATES SALATASI	132,00
AMASRA SALATASI	19,00	DOMATES SÖĞÜŞ	14,00
KEREVİZ SALATASI	116,00	ROKA SALATASI	16,00
HAYDARI	78,00	YAYIK AYRAN	81,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ	PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
SÜTLAÇ	151,00	SUPANGLE	316,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00	MEVSİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00	BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ	ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
MEYVE	70,00	AÇMA	162,00

NATUREL GRUP

M. SAMİ KOÇ
PEMA Koleji
Yönetim Kurulu Üyesi

ŞABAN İŞLEYEN
Natural Grup
Üretim Müdürü

RUVEYDA YÜCEL
Natural Grup
Gıda Mühendisi

SEVDE SARI
Natural Grup
Beslenme ve Diyet Uzmanı

PEMA KOLEJİ
PROFESYONEL EĞİTİM

01 NİSAN

ÇARŞAMBA

SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,00	ÇAY- SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00	KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00	SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00	BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00
VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00	VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00	MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00	DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00	HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00	KİLİS EZME	24,00
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00	SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
MENEMEN	81,00	TARHANA ÇORBASİ	53,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ	ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
ETLİ NOHUT	160,00	ETLİ YAPRAK SARMA	200,00
MELANZANE (vejetaryen)	146,00	PIRASA YEMEĞİ (vejetaryen)	130,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00	SU BÖREĞİ	280,00
SALATABAR	KALORİ	SALATABAR	KALORİ
PATATES SALATASI	125,00	KARIŞIK SALATA	35,00
ÇİĞKÖFTE	254,00	GARNİTÜR SALATA	14,00
GÖBEK SÖĞÜŞ	10,00	REYHAN ŞERBETİ	70,00
CACIK	36,00	YOĞURT	64,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ	PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
KALBURABASTI	211,00	ÇİKOLATALI PASTA	185,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00	MEVSİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00	BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ	ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
MEYVE	70,00	ELMALI KURABİYE	243,00

08 NİSAN

ÇARŞAMBA

SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,00	ÇAY- SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00	KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00	SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00	BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00
VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00	VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00	MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00	DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00	HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00	KİLİS EZME	24,00
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00	SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
SEBZELİ OMLET	133,00	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	101,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ	ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
ETLİ NOHUT	160,00	ETLİ YAPRAK SARMA	200,00
MELANZANE (vejetaryen)	146,00	PIRASA YEMEĞİ (vejetaryen)	130,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00	SU BÖREĞİ	280,00
SALATABAR	KALORİ	SALATABAR	KALORİ
SOĞANLI ADANA SALATASI	19,00	ÇİĞER TAVA	305,00
KIVIRCIK SALATA	10,00	KARIŞIK SALATA	35,00
DOMATES SÖĞÜŞ	14,00	ANTAKYA USULÜ KISIR	160,00
YAYIK AYRAN	81,00	CACIK	36,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ	PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
HALKA TATLISI	329,00	KEMALPAŞA TATLISI	87,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00	MEYVE SALATASI	60,00
BARDAK SU	0,00	BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ	ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
PİŞİ	150,00	MEYVE	60,00

15 NİSAN

ÇARŞAMBA

SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,00	ÇAY- SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00	KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00	SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00	BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00
VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00	VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00	MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00	DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00	HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00	KİLİS EZME	24,00
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00	SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
SUCUKLU YUMURTA	180,00	SARAY ÇORBASİ	69,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ	ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
ETLİ NOHUT	160,00	ETLİ YAPRAK SARMA	200,00
MELANZANE (vejetaryen)	146,00	PIRASA YEMEĞİ (vejetaryen)	130,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00	SU BÖREĞİ	280,00
SALATABAR	KALORİ	SALATABAR	KALORİ
EĞİN PİYAZI	85,00	BOLU SALATASI	21,00
ACILI OSMANLI EZME	112,00	YEŞİL ZEYTİN SALATASI	67,00
ÇERKEZ SALATASI	58,00	TERETÜR	31,00
REYHAN ŞERBETİ	70,00	CACIK	36,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ	PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
KEŞKÜL	160,00	MAGNOLYA	134,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00	MEVSİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00	BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ	ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
SUSAM ÇUBUKLARI	125,00	MARMELATLI KURABİYE	180,00

ŞABAN İŞLEYEN
Natural Grup
Üretim Müdürü

RUVEYDA YÜCEL
Natural Grup
Gıda Mühendisi

SEVDE SARI
Natural Grup
Beslenme ve Diyet Uzmanı

02 NİSAN

PERŞEMBE

SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,00	ÇAY- SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00	KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00	SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00	BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00
VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00	VİŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00	MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00	DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00	HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00	KİLİS EZME	24,00
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00	SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
TARÇINLI CEVİZLİ KEK	145,00	ARABASI ÇORBASİ	78,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ	ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
ETLİ NOHUT	160,00	ETLİ YAPRAK SARMA	200,00
MELANZANE (vejetaryen)	146,00	PIRASA YEMEĞİ (vejetaryen)	130,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00	SU BÖREĞİ	280,00
SALATABAR	KALORİ	SALATABAR	KALORİ
PATATES SALATASI	125,00	KARIŞIK SALATA	35,00
ÇİĞKÖFTE	254,00	GARNİTÜR SALATA	14,00
GÖBEK SÖĞÜŞ	10,00	REYHAN ŞERBETİ	70,00
CACIK	36,00	YOĞURT	64,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ	PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
KALBURABASTI	211,00	ÇİKOLATALI PASTA	185,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00	MEVSİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00	BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ	ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
MEYVE	70,00	ELMALI KURABİYE	243,00

09 NİSAN

Kahvaltı ve yemek tüm öğrencilerimize, ara öğün ise sadece anaokulu öğrencilerimize yöneliktir.

Kahvaltı ve yemek tüm öğrencilerimize, ara öğün ise sadece anaokulu öğrencilerimize yöneliktir.

NISAN'26

PAZARTESİ

SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00
VIŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVŞİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KILIŞ EZME	24,00
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
HAŞLAŞMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
SÜZME MERCİMEK ÇORBA	97,00
ET DÖNER	385,00
KARNABAHAAR YEMEĞİ	74,00
PIRINÇ PILAVI	300,00
SALATABAR	KALORİ
YEŞİLLİK SÖĞÜŞ	14,00
NURDAĞ SALATASI	39,00
HUMUS	61,00
YAYIK AYRAN	81,00
PASTA- TATLI- MEVVE	KALORİ
RENKLİ KUP	205,00
MEVŞİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
ÇİKOLATA TOPLARI	240,00

SALI

SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY - SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR - BEYAZ PEYNİR	40,00
SİYAH ZEYTİN - YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL - TAHİN PEKMEZ - ÇİKOLATA	47,00
VIŞNE REÇELİ - ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEVVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLİKLİKLERİ	7,00
DOMATES - SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00
SİMİT - POĞAÇA - AÇMA - EKMEK	162,00
PATATES KIZARTMASI	180,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
BROKOLİ ÇORBA	54,00
AKÇAĞABAT KÖFTE	210,00
KEREVİZ YEMEĞİ (vejetaryen)	110,00
ARPA ŞEHİRİYE PILAVI	221,00
SALATABAR	KALORİ
MEVSİM SALATA	26,00
KAŞIK SALATA	36,00
KRUTON /KITIR YUFKA	78,00
PEYNİR ÇEŞİTLERİ	28,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
KÖSTEBEK PASTA	189,00
MEYVE SALATASI	60,00
BARDAK ŞU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaakulu)	KALORİ
MILKSHAKE	250,00

ÇARŞAMBA

SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,0
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,0
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,0
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,0
VIŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,0
MEVVELİ YOĞURT	91,0
MEVSEM YEŞİLLİKLERİ	7,0
DOMATES- SALATALIK	7,0
HAVUÇ DÜMLERİ	11,0
KİLİS EZME	24,0
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,0
MOZALİK KEK	120,0
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
ARABAŞI ÇORBASI	78,0
PÜRELİ TAS KEBABI	214,0
PATLICAN MUSAKKA (vejetaryen)	255,0
PİRİNÇ PILAVI	300,0
SALATABAR	KALORİ
ÇİĞ KÖFTE	254,0
GÖBEK SÖĞÜSÜ	10,0
HAVUÇ SALATASI	22,0
JALAPENO TURŞU	16,0
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
ORMAN MEVVELİ PUDİNG	153,0
MEVSEM MEVVELİSİ	60,0
BARDAK SU	0,0
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
HURMA TOPLARI	75,0

PERŞEMBE

SABAH KAHVALTISI **KALORİ**

**23 NİSAN ULUSAL
EGEMENLİK VE ÇOCUK
BAYRAMI**

The image shows the national flag of Turkey, which consists of a red field with a white crescent and a five-pointed star in the center. The flag is displayed vertically, filling most of the frame.

CUMA

SABAHA KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY - SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR - BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN - YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL - TAHİN PEKMEZ- ÇİKOLATA	47,00
VIŞNE REÇELİ - ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVİMŞ YEŞİLİKLİKLERİ	7,00
DOMATES-SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00
SİMİT-POĞAÇA-AÇMA-EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
YAYLA ÇORBASI	46,00
TAVUK SCHNITSEL	296,00
TAZE FASULYE (vejetaryen)	186,00
KAYSERİ MANTI	295,00
SALATABAR	KALORİ
Z.Y. ENGİNAR	47,00
KARIŞIK SALATA	35,00
ÇOBAN SALATA	30,00
YOĞURT	64,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
ISLAK KURABİYE	297,00
MEVŞİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anacakulu)	KALORİ
TEREYAĞLI POĞAÇA	270,00

PAZARTESİ

SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL- TAHİN PEKMEZ- ÇIKOLATA	47,00
VIŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES-SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00
SİMİT-POĞAÇA-AÇMA-EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
AYRAN AŞI	55,00
İZMİR KÖFTE	387,00
KABAK SANDAL SEFASI	151,00
BULGUR PILAVI	185,00
SALATABAR	KALORİ
KAŞARLI MANTAR	45,00
MEVİM SALATA	26,00
KOSLAV SALATASI	16,00
FASULYE PIYAZI	85,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
ŞEKERPARE	226,00
MEVİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaakulu)	KALORİ
KURU ÜZÜM-CEVİZ	190,00

SALI

SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY - SÜT	47,00
KAŞAR PEYNİR - BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN - YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL - TAHİN PEKMEZ - ÇİKOLATA	47,00
VIŞNE REÇELİ - ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEVVELİ YOĞURT	91,00
MEVİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES - SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00
SİMİT - POĞAÇA - AÇMA - EKMEK	162,00
PATATES KIZARTMASI	180,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
DOMATES ÇORBA	81,00
KÖRİ SOSLU TAVUK	214,00
ANTEP DOLMA (vejetaryen)	187,00
SADE MAKARNA	208,00
SALATABAR	KALORİ
ERZİNCAN SALATASI	30,00
TARHANA MEZESİ	61,00
YOĞURT	64,00
KORNIŞON TURŞU	5,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
LİMONLU PASTA	172,00
MEVİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
SADE MAKARNA	150,00

ÇARŞAMBA

SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY - SÜT	47,00
KASAĞAR PEYNİR - BEYAZ PEYNİR	40,00
SIYAH ZEYTİN - YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL - TAHİN PEKMEZ - ÇİKOLATA	47,00
VIŞNE REÇELİ - ÇİLEK REÇELİ	47,00
MEVELİ YOĞURT	91,00
MEVİM YEŞİLİKLERİ	7,00
DOMATES - SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24,00
SİMİT - POĞAÇA - AÇMA - EKMEK	162,00
HAŞLAMMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
SÜZME MERCİMEK ÇORBA	97,00
HAMBURGER (KÖFTE / ISLAK)	274,00
BEŞAMEL SOSLU KARNABAHAİR (ve)	130,00
KAJUN BAHARATLI PATATES	300,00
SALATABAR	KALORİ
YOĞURTLU MAKARNA	111,00
KARAMELİZE SOĞAN MEZESİ	42,00
KIVIRCIK SALATA	10,00
YAYIK AYRAN	81,00
PASTA - TATLI - MEVVE	KALORİ
TRİLEÇE	300,00
MEVİM MEYVESİ	60,00
BARDAK SU	0,00
ARA ÖĞÜN (Anaaokulu)	KALORİ
MOZAILİK PASTA	209,00

PERŞEMBE

SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY - SÜT	47,0
KAŞAR PEYNİR - BEYAZ PEYNİR	40,0
SIYAH ZEYTİN - YEŞİL ZEYTİN	22,0
BAL - TAHİN PEKMEZ - ÇİKOLATA	47,0
VIŞNE REÇELİ - ÇİLEK REÇELİ	47,0
MEYVELİ YOĞURT	91,0
MEVİM YEŞİLİKLİLERİ	7,0
DOMATES- SALATALIK	7,0
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,0
KİLİS EZME	24,0
SİMİT - POĞAÇA - AÇMA - EKMEK	162,0
RULO BÖREK	160,0
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
ŞEHİRLE ÇORBA	73,0
ETLİ NOHUT	214,0
KARIŞIK SEBZELİ MUSAKKA (vejetar)	161,0
PIRİNÇ PILAVI	300,0
SALATABAR	KALORİ
PEYNİRLİ ROKA SALATASI	34,0
KISIR	162,0
CACIK	36,0
ŞAHADI	87,0
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
KAZANDIĞI	150,0
MEVİM MEYVESİ	60,0
BARDAK SU	0,0
ARA ÖĞÜN (Anaaokulu)	KALORİ
BALLI MEYVELİ YOĞURT	150,0

CUMA

SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
SALATABAR	KALORİ
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ