

KAHVALTI - YEMEK - ARA ÖĞÜN LİSTESİ

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

ŞUBAT'26

02 ŞUBAT

PAZARTESİ

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
EZOĞELİN ÇORBA	101,00
İSKENDER	331,00
KAPUSKA	110,00
KAJUN BAHARATLI PATATES	270,00

SALATABAR	KALORİ
Z.Y. BAMYA	49,00
YOĞURT	64,00
BOLU SALATASI	21,00
ÇİLEKLİ LİMONATA	85,00

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
KARAMELLİ MUHALLEBİ	160,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
SICAK ÇİKOLATA	190,00

03 ŞUBAT

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
SADE KEK	120,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
MANTAR ÇORBASI	56,00
TAVUK TANTUNİ	310,00
BEZELYE YEMEĞİ	45,00
SALÇALI BULGUR PILAVI	187,00

SALATABAR	KALORİ
TUZLU KEK	135,00
ŞAKŞUKA	86,00
HAYDARI	78,00
ROKA SALATASI	16,00

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
AĞLAYAN PASTA	260,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
TEREYAĞLI POĞAÇA	270,00

04 ŞUBAT

ÇARŞAMBA

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
MENEMEN	81,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
DOMATES ÇORBA	81,00
ETLİ YAPRAK SARMA	200,00
PIRASA YEMEĞİ	43,00
SU BÖREĞİ	280,00

SALATABAR	KALORİ
KARNABAHAH PANE	325,00
ÇİĞ KÖFTE	254,00
GÖBEK SÖĞÜŞ	10,00
YOĞURT	64,00

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
SUPANGLE	316,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
MEYVE	70,00

05 ŞUBAT

PERŞEMBE

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT-POĞAÇA-AÇMA-EKMEK	162,00
RULO BÖREK	160,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
SÜZME MERCİMEK ÇORBA	97,00
ETLİ NOHUT	160,00
BAHÇEVAN KEBABİ	305,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00

SALATABAR	KALORİ
KAŞARLI MANTAR	45,00
AMASRA SALATASI	19,00
KİLİS EZMESİ	24,00
CACIK	36,00

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
ŞEKERPARE	226,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
TUZLU KURABİYE	243,00

06 ŞUBAT

CUMA

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES-SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT-POĞAÇA-AÇMA-EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
TARHANA ÇORBASI	53,00
PATATESLİ TAVUK SOTE	287,00
ANTEP DOLMA	187,00
SADE MAKARNA	208,00

SALATABAR	KALORİ
KABAK MÜCVER	150,00
AKDENİZ SALATASI	12,00
YOĞURT	64,00
KEREVİZ SALATASI	116,00

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
TRİLEÇE	300,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
SALEP	239,00

09 ŞUBAT

PAZARTESİ

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
ŞEHİRİYE ÇORBA	73,00
ORMAN KEBABİ	328,00
BEŞAMEL SOSLU İSPANAK	84,00
MERCİMEKLİ FIRIK PILAVI	192,00

SALATABAR	KALORİ
SEZAR SALATA	92,00
ŞAHİDİ	87,00
YOĞURT	64,00
HUMUS	61,00

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
MOZAİK PASTA	209,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
KISIR	162,00

10 ŞUBAT

SALI

SABAH KAHVALTISI	KALORİ
ÇAY- SÜT	-
KAŞAR PEYNİR- BEYAZ PEYNİR	40,00
SİYAH ZEYTİN- YEŞİL ZEYTİN	22,00
BAL-TAHİN PEKMEZ-ÇİKOLATA	47,00
VIŞNE REÇELİ- ÇİLEK REÇELİ	251,00
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
PUF BÖREK	141,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
SÜZME MERCİMEK ÇORBA	97,00
AKÇAABAT KÖFTE	210,27
İMAMBAYILDI	201,00
KUSKUS PILAVI	-

SALATABAR	KALORİ
MISIR TEMPURA	143,00
YOĞURTLU HAVUÇ KIZARTMA	88,00
KARIŞIK SALATA	35,00
HİBİSKUS ŞERBETİ	69,00

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
AŞURE	224,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
ÇİKOLATA TOPLARI	130,00

11 ŞUBAT

ÇARŞAMBA

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
OMLET	133,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
DÜĞÜN ÇORBASI	47,00
ELBASAN TAVA	220,00
KARNABAHAH YEMEĞİ	74,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00

SALATABAR	KALORİ
HARDALLI PATATES SALATASI	132,00
GARNİTÜR SALATA	14,00
CACIK	36,00
TARHANA MEZESİ	-

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
RENKLİ KUP	205,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
KURU ÜZÜM-CEVİZ	190,00

12 ŞUBAT

PERŞEMBE

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT-POĞAÇA-AÇMA-EKMEK	162,00
MOZAİK KEK	122,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
EZOĞELİN ÇORBA	101,00
ÇÖKERTME KEBABİ	282,00
VEJETARYEN TAZE FASULYE	186,00
BULGUR PILAVI	185,00

SALATABAR	KALORİ
Z.Y. KEREVİZ	58,00
MAKARNA SALATASI	-
NAR SALATASI	35,00
ORMAN MEYVELİ LİMONATA	-

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
ÇİKOLATALI VIŞNELİ PASTA	189,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
MEYVE	60,00

13 ŞUBAT

CUMA

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES-SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT-POĞAÇA-AÇMA-EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
ABANT ÇORBASI	-
PİLİÇ ŞİŞ	-
KABAK GRATEN	136,00
SOSLU MAKARNA	211,00

SALATABAR	KALORİ
Z.Y. BRÜKSEL LAHANA	47,00
MEVSİM SALATA	26,00
YOĞURTLU MERCİMEK SALATASI	-
YAYIK AYRAN	81,00

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
SÜTLAÇ	151,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
TATLI KURABİYE	243,00

16 ŞUBAT

PAZARTESİ

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
PIRİNÇ ÇORBASI	69,00
NATÜREL TAS KEBABİ	299,00
KAPYA BİBER GRATEN	171,00
ARPA ŞEHİRİYE PILAVI	221,00

SALATABAR	KALORİ
KARIŞIK SALATA	35,00
BARDAK MISIR	96,00
BEYAZ LAHANA SALATASI	41,00
YOĞURT	64,00

PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
TİRAMİSU	116,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00

ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
MEYVELİ KEFİR	180,00

17 ŞUBAT

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
PATATES KIZARTMASI	180,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
SÜZME MERCİMEK ÇORBA	97,00
FIRINDA TAVUK KANAT	300,00
FIRINDA KABAK DOLMA	240,00
SALÇALI BULGUR PILAVI	187,00

KAHVALTI - YEMEK - ARA ÖĞÜN LİSTESİ

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

ŞUBAT'26

23 ŞUBAT

PAZARTESİ

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
BROKOLİ ÇORBA	54,00
PATATES MUSAKKA	201,00
KABAK GRATEN	136,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00
SALATABAR	KALORİ
KARNABAHAR SALATASI	59,00
YEŞİLLİK SÖĞÜŞ	14,00
NURDAĞ SALATASI	39,00
HAYDARI	78,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
LİMONLU PASTA	172,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
Piş	150,00

24 ŞUBAT

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
PATATES KIZARTMASI	180,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
TARHANA ÇORBASI	53,00
PİLİÇ PİRZOLA	180,00
KARIŞIK DOLMA	189,00
DOMATES SOSLU MAKARNA	-
SALATABAR	KALORİ
MISIR MÜCVERİ	122,00
AMASRA SALATASI	19,00
YOĞURT	64,00
LİMONATA	89,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
KAZANDIRI	150,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
GRONOLA BAR	250,00

25 ŞUBAT

ÇARŞAMBA

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT- POĞAÇA- AÇMA- EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
MURADIYE ÇORBASI	51,00
KAĞIT KEBABI	250,00
KIYMALI PIRASA	119,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00
SALATABAR	KALORİ
NATÜREL DİYET SPESİYEL	47,00
MERCİMEK KÖFTESİ	171,00
GÖBEK SÖĞÜŞ	10,00
CACIK	36,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
COOKIE	324,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
KAKAOLU SÜT-BİSKÜVİ	160,00

26 ŞUBAT

PERŞEMBE

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES- SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT-POĞAÇA-AÇMA-EKMEK	162,00
HAVUÇLU TARÇINLI KEK	120,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
ANADOLU ÇORBASI	66,00
MİSKET KÖFTE	485,00
VEJETARYEN TAZE FASULYE	186,00
ERİŞTE	205,00
SALATABAR	KALORİ
KÖZLENMİŞ SEBZE SALATASI	33,00
MEVSİM SALATAS	26,00
YOĞURTLU PANCAR SALATASI	-
HİBİSKÜS ŞERBETİ	69,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
KIBRIS PASTA	256,00
MEVSİM MEYVESİ	60,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
MEYVE	60,00

27 ŞUBAT

CUMA

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	251
MEYVELİ YOĞURT	91,00
MEVSİM YEŞİLLİKLERİ	7,00
DOMATES-SALATALIK	7,00
HAVUÇ DİLİMLERİ	11,00
KİLİS EZME	24
SİMİT-POĞAÇA-AÇMA-EKMEK	162,00
HAŞLANMIŞ YUMURTA	70,00
ÖĞLE YEMEĞİ	KALORİ
İZGELİN ÇORBA	111,00
TİFTİK TAVUK	180,00
ISPAKAK YEMEĞİ	58,00
PIRİNÇ PILAVI	300,00
SALATABAR	KALORİ
RENKLİ KIŞ SALATASI	46,00
ANTAKYA USULÜ KISIR	160,00
YAYIK AYRAN	81,00
ACI BİBER TURŞU	13,00
PASTA - TATLI - MEYVE	KALORİ
PORTAKALLI RENKLİ KUP	-
MEVSİM MEYVESİ	60,00
ARA ÖĞÜN (Anaokulu)	KALORİ
TEREYAĞLI SİMİT	270,00