

PAZARTESİ		SALI		ÇARŞAMBA		PERŞEMBE		CUMA	
02/12/2019		03/12/2019		04/12/2019		05/12/2019		06/12/2019	
MERCİMEK ÇORBA	178 KAL	TARHANA ÇORBA	105kcal	DOMATESLİ BUGDAY ÇORBA	169 KAL	EZOĞELİN ÇORBA	193kcal	SÜTLÜ MANTAR ÇORBA	100kcal
PATLICAN KEBAP	365 KAL	ORMAN KEBABI	320kcal	İZMİR KÖFTE	350 KAL	ÇİN USULÜ PİLİÇ KAVURMA	400kcal	ETLİ BİBER DOLMA	226 KAL
BULGUR PİLAVI	346kcal	PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	YOĞ.MANTI	410 KAL	ŞEHRİYELİ PİLAV	420 KAL	SU BÖREĞİ	370kcal
ELMA	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL	KİVİ	75 KAL	MUZ	75 KAL	ARMUT	75 KAL
KEMALPAŞA	378 KAL	VEZİR PARMAĞI	320 KAL	MUHALLEBİ	200 KAL	CEV.BAKLAVA	408 KAL	KEŞKÜL	200kcal
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
HAVUÇ TARATOR		KIVIRCIK SALATA		PEMBE SULTAN		GÖBEK SALATA		SOSLU PEYNİR TOPLARI	
MISIRLI GÖBEK SALATA		KISIR		MAYD. HAVUÇ RENDE		Z.YAĞLI ENGİNAR		MISIRLI GÖBEK SALATA	
ÇERKEZ SALATA	150-200 KAL	KIRMIZI LAHANA	150-200 KAL	SÖĞÜŞ SALATA	150-200 KAL	JULYEN SALATA	150-200 KAL	SÖĞÜŞ SALATA	150-200 KAL
SÖĞÜŞ SALATA		PEYNİRLİ TURP SALATA		ZEYTİNLİ GÖBEK SALATA		KOYU CACIK		MAKARNA SALATASI	
KIRMIZI LAHANA		ZEYTİNLİ HAVUÇ RENDE		ACILI EZME		KIRMIZI LAHANA		MAYDANOZLU HAVUÇ RENDE	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
09/12/2019		10/12/2019		11/12/2019		12/12/2019		13/12/2019	
NANELİ YOĞURT ÇORBASI	176 KAL	MERCİMEK ÇORBA	178 KAL	TUTMAÇ ÇORBA	131kcal	YAYLA ÇORBA	182 KAL	ALACA ÇORBA	120kcal
ETLİ TAZE FASULYE	250 KAL	TAVUK KAVURMA	400kcal	ETLİ TÜRLÜ	185kcal	SALÇALI KÖFTE	350kcal	ETLİ NOHUT	275kcal
ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI	346kcal	PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	GÜL BÖREĞİ	370 KAL	SPAGETTİ	296 KAL	PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL
MANDALİNA	75 KAL	ELMA	75 KAL	MUZ	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL	PORTAKAL	75 KAL
HAVUÇDİLİMİ TATLISI	408 KAL	SÜTLAÇ	190 KAL	CEV.KADAYIF	418 KAL	TRİLEÇE	350 KAL	VEZİR PARMAĞI	320 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
İTALYAN SALATA		KARIŞIK TURŞU		MANTAR SALATASI		MISIR SALATASI		KAPYA SALATASI	
MAYD. HAVUÇ RENDE		GÖBEK		MISIRLI GÖBEK SALATA		ZEYTİNLİ GÖBEK SALATA		MISIRLI GÖBEK SALATA	
Z.YAĞLI LAHANA	150-200 KAL	SÖĞÜŞ SALATA	150-200 KAL	MERCİMEK KÖFTE	150-200 KAL	YOĞURTLU KARNABAHAHAR	150-200 KAL	KIRMIZI LAHANA	150-200 KAL
ZEYTİN SALATASI		HAYDARİ		KIRMIZI LAHANA		ERİŞTE SALATASI		MAYD. HAVUÇ RENDE	
HUMUS		KAPYA SALATASI		ROKALI TURP SALATA		SÖĞÜŞ SALATA		YOĞ. İSPANAK	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
16/12/2019		17/12/2019		18/12/2019		19/12/2019		20/12/2019	
SEBZE ÇORBA	100kcal	EZOĞELİN ÇORBA	193kcal	TARHANA ÇORBA	105kcal	MERCİMEK ÇORBA	178 KAL	BROKOLİ ÇORBA	100kcal
GEMİCİ KURU FASULYE	255 KAL	ÇANAK KÖFTE	350 KAL	LAHANA SARMA	294 KAL	BALIK TAVA	458 KAL	İSKENDER/GAR. YOĞ.	260 KAL
PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	KETÇAPLI SPAGETTİ	296 KAL	SU BÖREĞİ	370kcal	SPAGETTİ	296 KAL	PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL
MUZ	75 KAL	ARMUT	75 KAL	PORTAKAL	75 KAL	ELMA	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL
REVANİ	378kcal	CEV.KADAYIF	418 KAL	SUPANGLE	200 KAL	TAHİN HELVA	337 KAL	HANIMGÖBEĞİ	330 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
KAPYA SALATASI		HAYDARİ		PEMBE SULTAN		PATLICAN EZME		HUMUS	
ZEYTİNLİ GÖBEK		GÖBEK SALATA		ROKALI GÖBEK		KOYU CACIK		GÖBEK SALATA	
ÇERKEZ SALATA	150-200 KAL	MANTAR SALATASI	150-200 KAL	ZEYTİNLİ HAVUÇ SALATA	150-200 KAL	GÖBEK SALATA	150-200 KAL	HAVUÇ SALATA	150-200 KAL
ÇOBAN SALATA		JAPON SALATA		BUĞDAY SALATASI		KAPYA SALATASI		ÇOBAN SALATA	
KISIR		TÜRLÜ TURŞU		ÇOBAN SALATA		PİYAZ		KISIR	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
23/12/2019		24/12/2019		25/12/2019		26/12/2019		27/12/2019	
NANELİ YOĞURT ÇORBA	176 KAL	DOMATES ÇORBA	100kcal	EZOĞELİN ÇORBA	193kcal	SÜLEYMANİYE ÇORBA	166 KAL	MERCİMEK ÇORBA	178 KAL
ETLİ TÜRLÜ	280 KAL	ARNAVUT CİĞERİ	513 KAL	FİRİN KARNABAHAHAR	200 KAL	KADINBUDU KÖFTE	350kcal	PATLICAN MUSAKKA	320 KAL
PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	BAHAR MAKARNA	296 KAL	BULGUR PİLAVI	346kcal	MAKARNA	296 KAL	PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL
KİVİ	75 KAL	PORTAKAL	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL	ELMA	75 KAL	ARMUT	75 KAL
KEŞKÜL	200kcal	İRMİK HELVASI	400kcal	PEYNİR TATLISI	270 KAL	KAZANDIBİ	200 KAL	HANIMGÖBEĞİ TATLISI	330 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
ÇOBAN SALATA		KAPYA SALATASI		ROKALI TURP SALATA		MAYDANOZLU KIVIRCIK		ZEYTİNLİ GÖBEK SALATA	
ÇİĞ KÖFTE		ZEYTİNLİ GÖBEK		GÖBEK SALATA		MERCİMEK KÖFTE		CACIK	
PANCAR TURŞU	150-200 KAL	SÖĞÜŞ SALATA	150-200 KAL	BUĞDAY SALATASI	150-200 KAL	HAVUÇ SALATA	150-200 KAL	MAYD.HAVUÇ RENDE	150-200 KAL
KIRMIZI LAHANA		HAVUÇ SALATA		SOSLU PEYNİR TOPLARI		ZEYTİN SALATASI		ÇERKEZ SALATA	
AMERİKAN SALATA		PATATES SALATASI		İTALYAN SALATA		HAYDARİ		ACILI EZME	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
30/12/2019		31/12/2019		01/01/2020		02/01/2020		03/01/2020	
EZOĞELİN ÇORBA	193kcal	DOMATESLİ BUGDAY ÇORBA	169 KAL						
ET DÖNER	430kcal	ETLİ YAPRAK SARMA	250 KAL						
PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	MAKARNA	296 KAL						
ELMA	75 KAL	PORTAKAL	75 KAL						
SUPANGLE	200 KAL	EKMEK KADAYIFI	355 KAL						
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL						
ÇOBAN SALATA		ÇİĞ KÖFTE							
GÖBEK SALATA/HAVUÇ		ZEYTİNLİ GÖBEK							
TÜRLÜ TURŞU	150-200 KAL	HAYDARİ	150-200 KAL						
KOYU CACIK		HAVUÇ SALATA							
PATATES SALATASI		AMERİKAN SALATASI							
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU							