

PAZARTESİ	SALİ	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	ÇUMA
01/01/2020	02/01/2020	03/01/2020	04/01/2020	05/01/2020
			MERCİMEK ÇORBA 178 KAL	DOMATES ÇORBA 100 KAL
			ETLİ YAPRAK SARMA 250 KAL	TAVUK SARMA 472 KAL
			SU BÖREĞİ 370 KAL	NOHUTLU PİLAV 420 KAL
		YENİ	ŞEKERPARE 270 KAL ARMUT 75 KAL	PROFİTEROL 296 KAL ELMA 75 KAL
		YILINIZ	Z.Y. BROKOLİ 100 KAL DİY. ET HAŞLAMA 380 KAL	Z.Y. ENGİNAR 100 KAL DİY. BARBUNYA 250 KAL
		KUTLU	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL
		OLSUN	KIRMIZI LAHANA ÇOBAN SALATA HAVUÇ TARATOR GÖBEK SALATA PATATES SALATASI MAYDANOZ/DEREOTU	ROKALI TURP ÇOBAN SALATA KEKİKLİ MISIR SALATA YOĞURT PEMBE SULTAN MAYDANOZ/DEREOTU
			150-200 KAL	150-200 KAL
06/01/2020	07/01/2020	08/01/2020	09/01/2020	10/01/2020
EZOĞELİN ÇORBA 193 KAL HASANPAŞA KÖFTE 350 KAL PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	TARHANA ÇORBA 105 KAL KARIŞIK DOLMA 226 KAL CEV.ERİŞTE 296 KAL	TUTMAÇ ÇORBA 131 KAL MANTARLI ET SOTE 400 KAL BULGUR PİLAVI 346 KAL	SEBZE ÇORBA 100 KAL GEMİCİ KURU FASULYE 255 KAL ŞEHİRİYELİ PİLAV 420 KAL	DOMATES ÇORBA 100 KAL KARIŞIK IZGARA 390 KAL HAVUÇLU PİLAV 420 KAL
PORTAKAL 75 KAL CEV.KADAYIF 418 KAL	KİVİ 75 KAL TAVUKGÖŞÜ TATLISI 200 KAL	MUZ 75 KAL PEYNİR TATLISI 270 KAL	ELMA 75 KAL HANIMGÖBEĞİ 418 KAL	ARMUT 75 KAL PASTA 250 KAL
Z.YAĞLI ORBİT 100 KAL DİY. SEBZE GRATEN 180 KAL	Z.Y. PIRASA 100 KAL DİY. KÖFTE 380 KAL	Z.YAĞLI BARBUNYA 100 KAL DİY. TON BALIK 190 KAL	Z.YAĞLI KAPUSKA 100 KAL DİY. BUT HAŞLAMA 380 KAL	Z.Y. BROKOLİ 100 KAL DİY. TAZE FASULYE 200 KAL
YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL
HAVUÇ SALATA YOĞURT TURŞU ZEYTİN SALATASI ÇERKEZ SALATA MAYDANOZ/DEREOTU	ÇİĞ KÖFTE / KISIR KIRMIZI LAHANA ÇOBAN SALATA BİBERLİ CACIK ÇİĞKÖFTE MAYDANOZ/DEREOTU	MISIRLI HAVUÇ SALATA SÖĞÜŞ SALATA KIVIRCIK SALATA İTALYAN SALATA YOĞURT MAYDANOZ/DEREOTU	GÖBEK SALATA SÖĞÜŞ SALATA TURŞU HAYDARI SOSLU PEYNİR TOPLARI MAYDANOZ/DEREOTU	KIVIRCIK HAVUÇ SALATA KORNİŞONLU BİBER KAVURMA PATATES SALATASI YOĞURT MAYDANOZ/DEREOTU
	150-200 KAL	150-200 KAL	150-200 KAL	150-200 KAL
13/01/2020	14/01/2020	15/01/2020	16/01/2020	17/01/2020
ŞEHİRİYE ÇORBA 120 KAL İÇLİ KÖFTE MANTI 410 KAL	TUTMAÇ ÇORBA 131 KAL ETLİ NOHUT 255 KAL ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI 346 KAL	BROKOLİ ÇORBA 100 KAL FİRİN BALIK 408 KAL RENKLİ MAKARNA 296 KAL	MERCİMEK ÇORBA 178 KAL LAHANA SARMA 294 KAL SU BÖREĞİ 370 KAL	EZOĞELİN ÇORBA 193 KAL ET DÖNER 430 KAL PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL
ELMA 75 KAL KREM ŞOKELLA 200 KAL	PORTAKAL 75 KAL TULUMBA TATLISI 350 KAL	KİVİ 75 KAL AYVA TATLISI 205 KAL	MANDALİNA 75 KAL KAZANDİBİ 200 KAL	ELMA 75 KAL MEYVELİ PUDİNG 200 KAL
Z.YAĞLI KAPYA 100 KAL DİY. SEBZE GRATEN 180 KAL	Z.Y. ENGİNAR 100 KAL DİY. ET HAŞLAMA 380 KAL	Z.Y. TAZE FASULYE 100 KAL DİY. TON BALIK 190 KAL	Z.Y. İSPANAK 100 KAL DİY. BAGET HAŞLAMA 380 KAL	Z.Y. BROKOLİ 100 KAL DİY. KABAK KALYE 200 KAL
YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL
GÖBEK SALATA KIRMIZI LAHANA YOĞURT ZEYTİN SALATASI KISIR MAYDANOZ/DEREOTU	YEŞİL SALATA HAVUÇ SALATA AMERİKAN SALATA MERCİMEK KÖFTE TURŞU MAYDANOZ/DEREOTU	MERCİMEK KÖFTE GÖBEK SALATA HAVUÇ SALATASI PEYNİR TOPLARI ROKA / TURP MAYDANOZ/DEREOTU	MISIRLI GÖBEK SALATA CACIK HAVUÇ SALATA KARIŞIK TURŞU PATATES SALATASI MAYDANOZ/DEREOTU	GÖBEK SALATA HAVUÇ SALATA SÖĞÜŞ SALATA ÇİĞ KÖFTE YOĞURT MAYDANOZ/DEREOTU
	150-200 KAL	150-200 KAL	150-200 KAL	150-200 KAL
20/01/2020	21/01/2020	22/01/2020	23/01/2020	24/01/2020
SEBZE ÇORBA 120 KAL SOSLU BİFTEK TAVUK 285 KAL ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	YÜKSÜK ÇORBA 150 KAL GEMİCİ KURU FASULYE 255 KAL PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	MERCİMEK ÇORBA 178 KAL ARNAVUT ÇİĞERİ 513 KAL SPAGETİ 296 KAL	NANELİ YOĞURT ÇORBA 176 KAL ETLİ TÜRLÜ 280 KAL BÖREK 370 KAL	EZOĞELİN ÇORBA 193 KAL PÜRELİ KURU KÖFTE 380 KAL PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL
PORTAKAL 75 KAL TULUMBA TATLISI 350 KAL	ELMA 75 KAL ŞEKERPARE 370 KAL	MUZ 75 KAL YOĞURT TATLISI 370 KAL	MANDALİNA 75 KAL SAKIZLI MUHALLEBİ 200 KAL	ARMUT 75 KAL SARI BURMA BAKLAVA 418 KAL
Z.YAĞLI KAPUSKA 100 KAL DİY. SEBZE 180 KAL	Z.YAĞLI İSPANAK 100 KAL DİY. KÖFTE 380 KAL	Z.Y. ŞAKŞUKA 100 KAL DİY. BEZELYE 250 KAL	Z.YAĞLI KARNABAHAİR 100 KAL DİY. ET HAŞLAMA 380 KAL	Z.YAĞLI BAMYA 100 KAL DİY. TON BALIK 380 KAL
YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL
ÇOBAN SALATA MISIRLI GÖBEK HAVUÇ SALATA HAYDARI ÇERKEZ SALATA MAYDANOZ/DEREOTU	YEŞİL SALATA KIRMIZI LAHANA TÜRLÜ TURŞU / BİBER TURŞU MAYDANOZ/DEREOTU	YEŞİL SALATA HAVUÇ SALATA TURP/ROKA PATATES SALATA ACIBİBER TURŞUSU MAYDANOZ/DEREOTU	KIRMIZI LAHANA HAVUÇ SALATA CACIK KAPYA SALATASI PANCAR TURŞUSU MAYDANOZ/DEREOTU	GÖBEK SALATA KIR. LAHANA SALATA MERCİMEK KÖFTE ÇOBAN SALATA ZEYTİNLİ MISIR SALATA MAYDANOZ/DEREOTU
	150-200 KAL	150-200 KAL	150-200 KAL	150-200 KAL
27/01/2020	28/01/2020	29/01/2020	30/01/2020	31/01/2020
SÜZME MERCİMEK ÇORBA 178 KAL MACAR GULAŞ 325 KAL PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	BROKOLİ ÇORBA 100 KAL TAZE FASULYE 250 KAL FİRİN MAKARNA 296 KAL	YEŞİL MERC ÇORBA 141 KAL BALIK TAVA 458 KAL SPAGETİ 296 KAL	ŞAFAK ÇORBA 150 KAL FİRİN TAVUK 285 KAL BULGUR PİLAVI 346 KAL	NANELİ YOĞURT ÇORBA 176 KAL ÇANAK KÖFTE 350 KAL PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL
PORTAKAL 75 KAL SÜTLAÇ 200 KAL	ARMUT 75 KAL KEMALPAŞA TATLISI 378 KAL	KİVİ 75 KAL İRMİK HELVA 400 KAL	ELMA 75 KAL EKLER PASTA 296 KAL	MANDALİNA 75 KAL KEŞKÜL 200 KAL
Z.YAĞLI BAMYA 100 KAL DİY. SEBZE GRATEN 180 KAL	Z.YAĞLI KARNABAHAİR 100 KAL DİY. BAGET HAŞLAMA 380 KAL	Z.Y. BARBUNYA 100 KAL DİY. ET HAŞLAMA 380 KAL	Z.Y. İMAMBAYILDI 100 KAL DİY. KÖFTE 380 KAL	Z.Y. PIRASA 100 KAL DİY. TON BALIĞI 190 KAL
YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL	YOĞURT 121 KAL
ÇOBAN SALATA KIRMIZI LAHANA İTALYAN SALATA HAVUÇ SALATA GÖBEK MAYDANOZ/DEREOTU	YEŞİL SALATA SÖĞÜŞ SALATA PEMBE SULTAN TURŞU HAVUÇ SALATA MAYDANOZ/DEREOTU	KIVIRCIK SALATA KIRMIZI LAHANA ÇOBAN SALATA HAYDARI KISIR MAYDANOZ/DEREOTU	GÖBEK SALATA MAYDANOZLU HAVUÇ RENDE ÇİĞKÖFTE AMERİKAN SALATA SOSLU PEYNİR TOPLARI MAYDANOZ/DEREOTU	YEŞİL SALATA ÇOBAN SALATA YOĞ. MAYDANOZ EZME ZEYTİN SALATASI KISIR MAYDANOZ/DEREOTU
	150-200 KAL	150-200 KAL	150-200 KAL	150-200 KAL