



## AYLIK YEMEK LİSTESİ

Doküman No	L-PR-07-08
Yayın Tarihi	10.09.2018
Revizyon No - Revizyon Tarihi	00/-
Sayfa No	1

İLGİLİ AY / YIL : MAYIS / 2024

ÖĞÜN : ÖĞLE

PAZARTESİ	Kalori	SALI	Kalori	ÇARŞAMBA	Kalori	PERŞEMBE	Kalori	CUMA	Kalori	CUMARTESİ	Kalori
29.04.2024	812	30.04.2024	833	1.05.2024		2.05.2024	709	3.05.2024	845	4.05.2024	725
Kıymalı Şehriye Çorbası	165	Tarhana Çorbası	132			Ezogelin Çorbası	136	Domates Çorbası	95	Et Haşlama	386
Çıtır Tavuk +PatatesKızartması+Sos	406	Sulu Köfte	385			Etlü Pilav	254	Kıymalı Karnabahar	333	Bulgur Pilavı	149
Mevsim Salata	45	Soslu Makarna	269			Maş Fasulyesi Salatası	243	Peynirli Börek	259	Yoğurtlu Garnitür	145
İrmik Helvası	196	Elma	47			Ayran	76	Sütlaç	158	Salata	45
6.05.2024	766	7.05.2024	742	8.05.2024	845	9.05.2024	788	10.05.2024	740	11.05.2024	765
Yeşil Mercimek Çorbası	161	Yoğurtlu Buğday Çorbası	98	Ezogelin Çorbası	136	Tavuk Suyu Çorbası	117	Mercimek Çorbası	137	Şehriye Çorba	136
Mantı	322	Etlü Nohut	317	Karışık Dolma	326	Bulgurlu Köfte	322	Tavuk Sote	254	Patatesli Fırın Balık	434
Zeytinyağlı Pırasa	183	Şehriyeli Pirinç Pilavı	273	Makarna	269	Bezelye Kavrması	99	Pirinç Pilavı	273	Salata	45
Meyve	100	Salatalık Turşusu	54	Yoğurt	114	Tatlı	250	Ayran	76	Helva	150
13.05.2024	741	14.05.2024	771	15.05.2024	830	16.05.2024	806	17.05.2024	838	18.05.2024	857
Domates Çorbası	95	Yayla Çorbası	192	Ezogelin Çorbası	136	Tarhana Çorbası	132	Erenler Çorbası	182	Tarhana Çorbası	132
Etlü Taze Fasulye	259	İzmir Köfte	385	Kıymalı Makarna	295	Tavuk Döner+Pirinç Pilavı	512	Hamburger+ Patates Kızartması	417	Akçaabat Köfte	388
Pirinç Pilavı	273	Bulgur Pilavı	149	Kuru Börülce Salatası	166	Garnitür	98	Yoğurtlu Tavuk Salata	145	Pirinç Pilavı	273
Yoğurt	114	Meyve	45	Tel Kadayıflı Muhallebi	233	Ayran	64	Limonata	94	Salata	64
20.05.2024	818	21.05.2024	813	22.05.2024	815	23.05.2024	803	24.05.2024	942	25.05.2024	699
Yoğurtlu Buğday Çorbası	112	Ezogelin Çorbası	136	Mercimek Çorbası	137	Domates Çorbası	95	Toyga Çorbası	102	Ezogelin Çorbası	136
Etlü Kuru Fasulye	379	Kadimbudu Köfte+Patates Püresi	405	Sosyete Mantısı	412	Tavuklu Patates Yemeği	380	Patates Oturtma	371	Et Döner	226
Şehriyeli Pirinç Pilavı	273	Barbunya Salatası	152	Yeşil Mercimek Salatası	116	Şehriye Pilavı	284	Makarna	269	Şehriyeli Pirinç Pilavı	273
Karışık Turşu	54	Meyve Suyu	120	Meyve	150	Semizotu Salatası	44	Tatlı	200	Ayran	64
27.05.2024	724	28.05.2024	890	29.05.2024	821	30.05.2024	927	31.05.2024	839	1.06.2024	740
Şehriye Çorbası	186	Ezogelin Çorbası	136	Mantar Çorbası	139	Yayla Çorbası	94	Mercimek Çorbası	137	Domates Çorbası	95
Sebzeli Kebap	325	Beyti	489	Fırın Tavuk+ Patates Kızartması	437	İzmir Köfte	385	Karniyarik	324	Zeytinyağlı Bezelye Yemeği	247
Bulgur Pilavı	149	Kısır	190	Mevsim Salata	45	Fırın Makarna	382	Pirinç Pilavı	273	Kıymalı Börek	248
Ayran	64	Meyve	75	Dondurma	200	Komposto	66	Cacık	105	Meyve	150
M. TURGUT KIBAR Ortaokul ve Lise Müdürü		F. BURCU GÜLSOY İlkokul Müdürü		SEZA MELEK İdari Müdür		SÜMEYYE ÇAĞLAR SERT Diyetisyen / Y. Gıda Müdendisi		DENİZ SARAÇ Okul Aile Birliği Başkanı		Öğrenci Temsilcileri	