

	4.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	5.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	6.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	7.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	8.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)
--	-----------	-------------------------	-----------	-------------------------	-----------	-------------------------	-----------	-------------------------	-----------	-------------------------

ÖĞLEN	Bayram Tatili		DOMATES ÇORBASI	148	EZOĞELİN ÇORBASI	220	ŞEHRİYE CORBA	176	MERÇİMEK ÇORBASI	197
			GÜVEÇTE ETLİ TÜRÜLÜ	238	BEĞENDİLİ TAVUK ŞİŞ	445	YOĞURTLU KIRKAĞAÇ KÖFTE	458	KARIŞIK DOLMA	200
			TEL ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	362	SEBZELİ MAKARNA	280	PATLICANLI BULGUR PİLAVI	341	CEVİZLİ ERİŞTE KAVURMA	306
			TULUMBA TATLISI	334	MEYVE	70	MEYVE	70	KEŞKÜL	294
			SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150

	11.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	12.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	13.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	14.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	15.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH	B.PEYNİR - ZEYTİN - DOMATES	174	KAŞAR P.LI SALATALIKLI BAGET SAND.	190	H.YUMURTA - B.PEYNİR - HAVUÇ	200	SİMİT-ÜÇGEN PEYNİR	225	BARDAKTA KAKAOLU MISIR GEVREĞİ	119
	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114
ÖĞLEN	EZOĞELİN ÇORBA	220	DÜĞÜN ÇORBASI	142	BROKOLİ ÇORBA	59	MERÇİMEK ÇORBA	197	ŞAFAK ÇORBA	125
	KÖFTE-ELMA DİLİM FIRIN PATATESİ	278	ETLİ TAZE FASÜLYE	150	PIZZA	480	EKŞİLİ KÖFTE	220	ETLİ KURU FASÜLYE	268
	DEREOTLU PİRİNÇ PİLAVI	295	NAPOLİTEN SOSLU MAKARNA	263	AYRAN	118	SU BÖREĞİ	250	MELEK PİLAVI	355
	KREMKARAMEL	196	MEYVE	70	MUZLU PUDİNG	130	MEYVE	70	MEYVE	70
	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150
İKİNDİ	MEYVE	70	ÇÖREKOTLU KURABIYE	125	MEYVE	70	HAVUÇLU KEK	175		
TOPLAM KALORİ		1497		1204		1321		1401		1201

	11.09.2017		12.09.2017		13.09.2017		14.09.2017		15.09.2017	
	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken
5,5-9,5 yaş	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT
	4 ET	1 ET	2 ET	2 ET	2 ET	2-3 ET	4 ET	1 ET	2 ET	2-3 ET
	3 TAHİL	3-7 TAHİL	4 TAHİL	2-6 TAHİL	4 TAHİL	4 TAHİL	4 TAHİL	2-6 TAHİL	2 TAHİL	4-8 TAHİL
	1 MEYVE	1-2 MEYVE	1 MEYVE	1-2 MEYVE	2 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1-2 MEYVE	1 MEYVE	1 SEBZE
		1 SEBZE	1 SEBZE		1 SEBZE		1 SEBZE			1-2 MEYVE
9,5-14 yaş	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	2 SÜT
	4 ET	1-2 ET	2 ET	3-4 ET	2 ET	3-4 ET	4 ET	1-2 ET	2 ET	3-4 ET
	3 TAHİL	7-9 TAHİL	4 TAHİL	6-8 TAHİL	4 TAHİL	6-8 TAHİL	4 TAHİL	6-8 TAHİL	2 TAHİL	8-10 TAHİL
	1 MEYVE	1-2 MEYVE	1 MEYVE	1-2 MEYVE	2 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1-2 MEYVE	1 MEYVE	1 SEBZE
		1 SEBZE	1 SEBZE		1 SEBZE		1 SEBZE			1-2 MEYVE

	18.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	19.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	20.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	21.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	22.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH	KREM PEYNİR - DOMATESLİ BAGET SAND.	190	KAŞAR PEYNİRLİ TOST	210	B.PEYNİR - Y.ZEYTİN - SALATALIK	166	POĞAÇA	181	DST EKMEGİ ÜZERİNE YUMURTALI K.PEYİNİ	185
	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114
ÖĞLEN	AYRAN AŞI ÇORBA	120	DOMATES ÇORBASI	148	TAVUK SUYU ÇORBASI	171	EZOĞELİN ÇORBA	220	YAYLA ÇORBA	148
	GARNİTÖRLÜ ET DÖNER	405	KIYMALI SANDAL SEFASI	154	PÜRELİ KADINBUDU KÖFTE	361	SOSLU MANTI	345	HİNDİLİ KAĞIT KEBABI	400
	BULGUR PİLAVI	270	ARPA ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	328	DOMATES SOSLU MAKARNA	234	ZEYTİNYAĞLI TAZE FASÜLYE	110	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	310
	LİMONLU MUHALLEBİ	178	MEYVE	70	MEYVE	70	ÇİLEKLİ PUDİNG	127	MEYVE	70
	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150
İKİNDİ	MEYVE	70	CEVİZLİ TARÇINLI KEK	213	MOZAIK PASTA	227	MEYVE	70		
TOPLAM KALORİ		1497		1387		1493		1317		1377

	18.09.2017		19.09.2017		20.09.2017		21.09.2017		22.09.2017	
	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken	Okulda Alınan	Okul Dışında Alınması Gereken
5,5-9,5 yaş	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT
	5 ET	3-7 TAHİL	3 ET	1-2 ET	4 ET	1 ET	2 ET	2-3 ET	4 ET	1 ET
	3 TAHİL	1 SEBZE	4 TAHİL	2-6 TAHİL	3 TAHİL	3-7 TAHİL	4 TAHİL	2-6 TAHİL	3 TAHİL	3-7 TAHİL
	1 MEYVE	1-2 MEYVE	1 MEYVE	1- MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1-2 MEYVE
		1 SEBZE			1 SEBZE		1 SEBZE			
9,5-14 yaş	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT
	5 ET	1 ET	3 ET	2-3 ET	4 ET	1-2 ET	2 ET	3-4 ET	4 ET	1-2 ET
	3 TAHİL	7-9 TAHİL	4 TAHİL	6-8 TAHİL	3 TAHİL	7-9 TAHİL	4 TAHİL	6-8 TAHİL	3 TAHİL	6-8 TAHİL
	1 MEYVE	1-2 MEYVE	1 MEYVE	1-2 MEYVE	1 MEYVE	1-2 MEYVE	1 MEYVE	1-2 MEYVE	1 MEYVE	1-2 MEYVE
		1 SEBZE			1 SEBZE		1 SEBZE			

	25.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	26.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	27.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	28.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)	29.09.2017	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH	KAŞAR P.LI SALATALIKLI BAGET SANE	190	AÇMA	150	H.YUMURTA - B.PEYNİR - HAVUÇ	200	BARDAKTA MEYVELİ MISIR GEVREĞİ	119	KAŞAR PEYNİRLİ TOST	210
	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114
ÖĞLEN	TARHANA ÇORBASI	204	MERÇİMEK ÇORBASI	197	DÜĞÜN ÇORBASI	142	TEL ŞEHRİYE ÇORBA	176	EZOĞELİN ÇORBA	220
	ELMA DİLİM PATATESLİ ROSTO KÖP	320	GEMİCİ USULÜ KURU FASÜLYE	185	BEZELYE	219	KARNİYARIK	320	HAMBURGER MENU	
	BULGUR PİLAVI	270	PIRİNÇ PİLAVI	290	PATATESLİ TEPŞİ BÖREĞİ	230	PEYNİRLİ MAKARNA	280	AYRAN	
	MEYVE	70	İRMİK HELVASI	280	MEYVE	70	MEYVE	70	SUPANGLEZ	250
	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150	SALATA BAR	150
İKİNDİ	ELMALI TURTA	237	MEYVE	70	ÇİFT RENKLİ PUDİNG	170	KURU ÜZÜMLÜ KEK	250		