

	Kalori Değerleri (KCAL)	1.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	2.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	3.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	4.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)		
SABAH		SİMİT	158	KRUVASAN	200	KREM PEYNİRLİ EKMEK	185	DİLİM KAŞAR	58		
		BEYAZ PEYNİR	125	ZEYTİN	108	ZEYTİN	109	YEŞİL ZEYTİN	106		
		ZEYTİN	108	BEYAZ PEYNİR	125	HAVUÇ	15	KAYMAK	50		
		EV YAPIMI REÇEL	54	REÇEL	54	REÇEL	54	BAL	61		
		SÜT	92	SÜT	92	SÜT	92	IHLAMUR			
ÖĞLEN		YAYLA ÇORBASI	154	MERCİMEK ÇORBASI	203	SEBZE ÇORBASI	145	ŞEHRİYE ÇORBASI	186		
		SEBZELİ KÖFTE	304	ET HAŞLAMA	288	ETLİ NOHUT	204	MANTI	456		
		DOMATES SOSLU MAKARNA	324	PİLAV	320	PİLAV	375	Z.Y. PIRASA	158		
		MEYVE		PUDİNG	132	MEYVE		EKLER PASTA	320		
		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR			
İKİNDİ		KAKAOLU KEK		BOHÇA BÖREĞİ		MOZAİK PASTA					
	Kalori Değerleri (KCAL)	7.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	8.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	9.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	10.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	11.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH		ZEYTİN EZMELİ EKMEK	118	HAŞLANMIŞ YUMURTA	75	KAŞARLI EKMEK	135	OMLET	170	AÇMA	162
		BEYAZ PEYNİR	125	TOP PEYNİR	125	BEYAZ PEYNİR	125	KAŞAR PEYNİR	58	ZEYTİN	108
		HAVUÇ	15	SALATALIK	15	ZEYTİN	108	ZEYTİN	108	ÜÇGEN PEYNİR	18
		REÇEL	54	YEŞİL ZEYTİN	106	TAHİN PEKMEZ	69	SALATALIK	15	BAL	61
		SÜT	92	SÜT	92	SÜT	92	IHLAMUR		SÜT	92
ÖĞLEN		DOMATES ÇORBASI	154	EZOĞELİN ÇORBA	213	TARHANA ÇORBA	132	DÜĞÜN ÇORBASI	137	MERCİMEK ÇORBA	203
		ERİŞTELİ YEŞİL MERCİMEK	367	TÜRLÜ	274	EKŞİLİ KÖFTE	304	YUMURTALI İSPANAK	176	HİNDİLİ SOSYETE MANTISI	322
		SU BÖREĞİ	382	BULGUR PİLAVI	320	SADE MAKARNA	310	MAKARNA	310	FIRINDA SEBZE	139
		ŞEKERPARE	406	MEYVE		KAZAN DIBİ	201	MEYVE		MEYVE	
		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		HELVA	190	SALATA BAR	
İKİNDİ		KURABIYE		MUFFİN		MEYVELİ KEK		POĞAÇA			
	Kalori Değerleri (KCAL)	14.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	15.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	16.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	17.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	18.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH		KREM PEYNİRLİ EKMEK	185	RULO BÖREK	130	HAŞLAMA YUMURTA	75	SİMİT	158	KAŞARLI EKMEK	135
		BEYAZ PEYNİR	125	KAŞAR PEYNİRİ	58	ZEYTİN	108	BEYAZ PEYNİR	125	BEYAZ PEYNİR	125
		ZEYTİN	108	ZEYTİN	108	BEYAZ PEYNİR	125	ZEYTİN	108	ZEYTİN	108
		BAL	62	REÇEL	54	EV YAPIMI REÇEL	54	HAVUÇ SÖĞÜŞ	15	REÇEL	54
		SÜT	92	SÜT	92	SÜT	92	IHLAMUR		SÜT	92
ÖĞLEN		SEBZE ÇORBA	145	MERCİMEK ÇORBA	203	TEL ŞEHRİYE ÇORBA	186	TARHANA ÇORBA	132	EZOĞELİN ÇORBA	213
		KURU FAŞÜLYE	361	LAHANA DOLMASI	280	SAHAN KÖFTE	302	ORMAN KEBAP	305	PİZZA	305
		PİLAV	375	MAKARNA	310	PİLAV	375	ÖZBEK PİLAVI	503	EKLER PASTA	320
		MEYVE		YOĞURT	37	MEYVE		MEYVE		AYRAN	264
		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR	
İKİNDİ		MOZAİK PASTA		MUFFİN		MEYVE SALATASI		PATATESLİ KEK			
	Kalori Değerleri (KCAL)	21.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	22.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	23.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	24.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	25.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH											
ÖĞLEN		TATİL		TATİL		TATİL		TATİL		TATİL	
İKİNDİ											
	Kalori Değerleri (KCAL)	28.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	29.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)	30.11.2016	Kalori Değerleri (KCAL)				
SABAH		AÇMA	162	MENEMEN	106	SİMİT	158				
		BEYAZ PEYNİR	125	DİL PEYNİRİ	68	ÜÇGEN PEYNİR	18				
		REÇEL	54	REÇEL	54	ZEYTİN	108				
		HAVUÇ	15	SALATALIK	15	HAVUÇ	15				
		SÜT	92	SÜT	92	SÜT	92				
ÖĞLEN		SEBZE ÇORBASI	145	EZOĞELİN ÇORBA	213	DÜĞÜN ÇORBASI	205				
		BEŞEMEL SOSLU K.BAHAR	305	KADINBUDU KÖFTE	348	KAPUSKA	148				
		ARPA ŞEHRİYELİ PİLAV	384	Z.Y. BARBUNYA	310	SU BÖREĞİ	382				
		MEYVE		MEYVE		MEYVE					
		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR					
İKİNDİ		MOZAİK PASTA		MEYVE SALATASI		KURABIYE					