

	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	EZOGELİN ÇORBASI	220	ŞEHRİYE ÇORBA	176	MERCİMEK ÇORBASI	197
			GÜVEÇTE ETLİ TÜRLÜ	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

İKİNDİ

	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										
BEYAZ PEYNİR	122		KAŞAR PEYNİR	127	HAŞLANMIŞ YUMURTA	75	SİMİT	180	ÜÇGEN PEYNİR	45
SİYAH ZEYTİN	108		YEŞİL ZEYTİN	108	BEYAZ PEYNİR	122	KAŞAR PEYNİRİ	127	YEŞİL ZEYTİN	108
DOMATES	14		SALATALIK	9	HAVUÇ	13	SİYAH ZEYTİN	108	SALATALIK	9
BAL	61		EV YAPIMI MARMELET	54	TAHİN PEKMEZ	69	BAL	61	REÇEL	54
SÜT	114		SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114
ÖĞLEN										
EZOGELİN ÇORBA	220		DÜĞÜN ÇORBASI	142	BROKOLİ ÇORBA	59	MERCİMEK ÇORBA	197	ŞAFAK ÇORBA	125
KÖFTE-ELMA DİLİM FIRIN PATATES	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	ELMALI TURTA	237
TOPLAM KALORİ	1558		1187		1330		1477		1298	

	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
	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	2 SÜT
	4 ET	2-3 TAHİL	2 ET	1-2 ET	2 ET	1-2 ET	4 ET	1-2 TAHİL	2 ET	1-2 ET
	3 TAHİL	1 SEBZE	4 TAHİL	1-2 TAHİL	4 TAHİL	1-2 TAHİL	4 TAHİL	1 MEYVE	3 TAHİL	2-3 TAHİL
	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 SEBZE	1 MEYVE	1 SEBZE	2 MEYVE	1 SEBZE

	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 PEYNİRLİ EKMEK	110		KAŞAR PEYNİRLİ TOST	210	BEYAZ PEYNİR	122	POĞAÇA	110	HAŞLANMIŞ YUMURTA	75
BEYAZ PEYNİR	122		SİYAH ZEYTİN	108	YEŞİL ZEYTİN	108	BEYAZ PEYNİR	125	BEYAZ PEYNİR	122
DOMATES	15		HAVUÇ	13	SALATALIK	9	SİYAH ZEYTİN	108	YEŞİL ZEYTİN	108
TAHİN PEKMEZ	69		EV YAPIMI MARMELET	54	BAL	61	EV YAPIMI REÇEL	54	EV YAPIMI MARMELET	54
SÜT	114		SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114
ÖĞLEN										
AYRAN AŞI ÇORBA	120		DOMATES ÇORBASI	148	TAVUK SUYU ÇORBASI	171	EZOGELİN ÇORBA	220	YAYLA ÇORBA	148
GARNİTÜRLÜ 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	TUZLU KURABIYE	120
TOPLAM KALORİ	1553		1349		1400		1463		1551	

	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
	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	2 SÜT	2 SÜT	1 SÜT	1 SÜT	2 SÜT
	5 ET	2-3 TAHİL	3 ET	1 ET	4 ET	1 SEBZE	2 ET	1-2 ET	4 ET	1 SEBZE
	3 TAHİL	1 MEYVE	4 TAHİL	1-2 TAHİL	3 TAHİL	2-3 TAHİL	4 TAHİL	1-2 TAHİL	4 TAHİL	1-2 TAHİL
	1 MEYVE	1 SEBZE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE	1 MEYVE

	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 PEYNİRİ	127		AÇMA	200	HAŞLANMIŞ YUMURTA	75	BEYAZ PEYNİR	122	KAŞAR PEYNİRLİ TOST	210
SİYAH ZEYTİN	108		BEYAZ PEYNİR	122	BEYAZ PEYNİR	122	SİYAH ZEYTİN	108	SİYAH - YEŞİL ZEYTİN	108
SALATALIK	9		DOMATES	14	HAVUÇ	13	DOMATES	14	SALATALIK	9
EV YAPIMI REÇEL	54		TAHİN PEKMEZ	69	EV YAPIMI MARMELET	54	EV YAPIMI REÇEL	54	BAL	61
SÜT	114		SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114	SÜT	114
ÖĞLEN										
TARHANA ÇORBASI	204		MERCİMEK ÇORBASI	197	DÜĞÜN ÇORBASI	142	TEL ŞEHRİYE ÇORBA	176	EZOGELİN ÇORBA	220
ELMA DİLİM PATATESLİ ROSTO KÖFTİ	320		GEMİCİ USULÜ KURU FASÜLYE	185	BEZELYE	219	KARNİYARİK	320	HAMBURGER MENU	500
BULGUR PİLAVI	270		PIRİNÇ PİLAVI	290	PATATESLİ TEPŞİ BÖREĞİ	230	PEYNİRLİ MAKARNA	280	AYRAN	118