

|               | 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) |
|---------------|-----------|-------------------------|------------------------------|-------------------------|---------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|
| <b>ÖĞLEN</b>  |           |                         |                              |                         |                     |                         |                          |                         |                        |                         |
| Bayram Tatili |           |                         | DOMATES ÇORBASI              | 148                     | EZOĞELİN ÇORBASI    | 220                     | ŞEHRİYE ÇORBA            | 176                     | MERCİMEK ÇORBASI       | 197                     |
|               |           |                         | GÜVEÇTE ETLİ TÖRLÜ           | 238                     | BEĞENDİLİ TAVUK ŞİŞ | 445                     | YOĞURTLU KIRKAĞAÇ KÖFTE  | 458                     | KARIŞIK DOLMA          | 200                     |
|               |           |                         | TEL ŞEHRİYE Lİ 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) |
|--------------------------------|------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------|-------------------------|----------------|-------------------------|-------------------|-------------------------|
| <b>SABAHA</b>                  |            |                         |                         |                         |                   |                         |                |                         |                   |                         |
| 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 MARMELAT      | 54                      | TAHİN PEKMEZ      | 69                      | BAL            | 61                      | REÇEL             | 54                      |
| SÜT                            | 114        |                         | SÜT                     | 114                     | SÜT               | 114                     | SÜT            | 114                     | SÜT               | 114                     |
| <b>ÖĞLEN</b>                   |            |                         |                         |                         |                   |                         |                |                         |                   |                         |
| EZOĞELİN 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                     |
| <b>İKİNDİ</b>                  |            |                         |                         |                         |                   |                         |                |                         |                   |                         |
| MEYVE                          | 70         |                         | ÇÖREKOTLU KURABIYE      | 125                     | MEYVE             | 70                      | HAVUÇLU KEK    | 175                     |                   |                         |
| <b>TOPLAM KALORİ</b>           | 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          | 4 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                       | 2 TAHİL       | 3-4 TAHİL                     |
|  | 1 MEYVE       | 1 MEYVE                       | 1 MEYVE       | 1 MEYVE                       | 1 MEYVE       | 1 SEBZE                       | 1 MEYVE       | 1 SEBZE                       | 1 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) |
|----------------------|------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------|
| <b>SABAHA</b>        |            |                         |                               |                         |                        |                         |                          |                         |                       |                         |
| 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 MARMELAT            | 54                      | BAL                    | 61                      | EV YAPIMI REÇEL          | 54                      | EV YAPIMI MARMELAT    | 54                      |
| SÜT                  | 114        |                         | SÜT                           | 114                     | SÜT                    | 114                     | SÜT                      | 114                     | SÜT                   | 114                     |
| <b>ÖĞLEN</b>         |            |                         |                               |                         |                        |                         |                          |                         |                       |                         |
| 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 ŞEHRİYE Lİ 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                     |
| <b>İKİNDİ</b>        |            |                         |                               |                         |                        |                         |                          |                         |                       |                         |
| MEYVE                | 70         |                         | CEVİZLİ TARÇINLI KEK          | 213                     | MOZAİK PASTA           | 227                     | MEYVE                    | 70                      |                       |                         |
| <b>TOPLAM KALORİ</b> | 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                     | 3 TAHİL       | 2-3 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) |
|---------------------------------|------------|-------------------------|---------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|-------------------|-------------------------|----------------------|-------------------------|
| <b>SABAHA</b>                   |            |                         |                           |                         |                        |                         |                   |                         |                      |                         |
| 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 MARMELAT     | 54                      | EV YAPIMI REÇEL   | 54                      | BAL                  | 61                      |
| SÜT                             | 114        |                         | SÜT                       | 114                     | SÜT                    | 114                     | SÜT               | 114                     | SÜT                  | 114                     |
| <b>ÖĞLEN</b>                    |            |                         |                           |                         |                        |                         |                   |                         |                      |                         |
| TARHANA ÇORBASI                 | 204        |                         | MERCİMEK ÇORBASI          | 197                     | DÜĞÜN ÇORBASI          | 142                     | TEL ŞEHRİYE ÇORBA | 176                     | EZOĞELİN ÇORBA       | 220                     |
| ELMA DİLİM PATATESLİ ROSTO KÖFT | 320        |                         | GEMİCİ USULÜ KURU FASÜLYE | 185                     | BEZELYE                | 219                     | KARNİYARİK        | 320                     | HAMBURGER MENU       | 500                     |
| BULGUR PİLAVI                   | 270        |                         | PIRİNÇ PİLAVI             | 290                     | PATATESLİ TEPSE BÖREĞİ | 230                     | PEYNİRLİ MAKARNA  | 280                     | AYRAN                | 118                     |