# 2026-2027 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
# SULTAN FATİH KOLEJİ
# KASIM AYI ARA ÖĞÜN - KAHVALTI MENÜSÜ

| 2 KASIM 2026 PAZARTESİ | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| KALEM BÖREK | 230 |
| KAŞAR PEYNİR | 95 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| REÇEL | 35 |
| BİTKİ ÇAYI | 2 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| PATLAMIŞ MISIR | 130 |

| 3 KASIM 2026 SALI | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| POĞAÇA | 125 |
| LABNE PEYNİR | 50 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| REÇEL | 35 |
| ÇAY | 2 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| TUZLU KURABİYE | 180 |

| 4 KASIM 2026 ÇARŞAMBA | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| SİMİT | 125 |
| KREM PEYNİR | 45 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| FINDIK KREMASI | 112 |
| BİTKİ ÇAYI | |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| MEYVE TABAĞI | 70 |

| 5 KASIM 2026 PERŞEMBE | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| OMLET | 90 |
| BEYAZ PEYNİR | 93 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| REÇEL | 35 |
| ÇİKOLATALI SÜT | 120 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| KARIŞIK KURUYEMİŞ | 150 |

| 6 KASIM 2026 CUMA | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| PİŞİ | 190 |
| MİSKET PEYNİR | 60 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| TAHİN PEKMEZ | 92 |
| ÇAY | 2 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| HAVUÇ TOPU | 120 |

| 9 KASIM 2026 PAZARTESİ | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| KALEM BÖREK | 230 |
| ÇUBUK PEYNİR | 65 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| TAHİN PEKMEZ | 92 |
| SÜT | 92 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| MEYVE | 70 |

| 10 KASIM 2026 SALI | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| SİMİT | 125 |
| BEYAZ PEYNİR | 93 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| FINDIK KREMASI | 112 |
| ÇAY | 2 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| BİSKÜVİ PASTASI | 140 |

| 11 KASIM 2026 ÇARŞAMBA | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| POĞAÇA | 125 |
| LABNE PEYNİR | 50 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| REÇEL | 35 |
| BİTKİ ÇAYI | 2 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| KARIŞIK KURUYEMİŞ | 150 |

| 12 KASIM 2026 PERŞEMBE | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| HAŞ. YUMURTA | 70 |
| DİL PEYNİR | 80 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| BAL | 61 |
| ÇİKOLATALI SÜT | 120 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| KURABİYE | 180 |

| 13 KASIM 2026 CUMA | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| EKMEK ÜSTÜ PİZZA | 185 |
| KREM PEYNİR | 45 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOMATES SALATALIK | 14 |
| REÇEL | 35 |
| ÇAY | 2 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| PATLAMIŞ MISIR | 130 |

| 16 KASIM 2026 PAZARTESİ |
|---|
| ARA TATİL |

| 17 KASIM 2026 SALI |
|---|
| ARA TATİL |

| 18 KASIM 2026 ÇARŞAMBA |
|---|
| ARA TATİL |

| 19 KASIM 2026 PERŞEMBE |
|---|
| ARA TATİL |

| 20 KASIM 2026 CUMA |
|---|
| ARA TATİL |

| 23 KASIM 2026 PAZARTESİ | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| MENEMEN | 130 |
| LABNE PEYNİR | 50 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOM-SALATALIK | 14 |
| BAL | 61 |
| MEYVE SUYU | 100 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| MEYVE | 70 |

| 24 KASIM 2026 SALI | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| PİŞİ | 190 |
| ÇUBUK PEYNİR | 65 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOM-SALATALIK | 14 |
| REÇEL | 35 |
| BİTKİ ÇAYI | 2 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| HAVUÇ TOPU | 120 |

| 25 KASIM 2026 ÇARŞAMBA | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| HAŞ. YUMURTA | 70 |
| BEYAZ PEYNİR | 93 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOM-SALATALIK | 14 |
| TAHİN PEKMEZ | 92 |
| SÜT | 92 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| TATLI KURABİYE | 200 |

| 26 KASIM 2026 PERŞEMBE | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| SİMİT | 125 |
| KAŞAR PEYNİR | 95 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOM-SALATALIK | 14 |
| REÇEL | 35 |
| ÇAY | 2 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| KEK | 230 |

| 27 KASIM 2026 CUMA | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| OMLET | 90 |
| LABNE PEYNİR | 50 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOM-SALATALIK | 14 |
| FINDIK KREMASI | 112 |
| BİTKİ ÇAYI | 2 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| PATLAMIŞ MISIR | 130 |

| 30 KASIM 2026 PAZARTESİ | |
|---|---|
| YEMEK ADI | KALORİ |
| HAŞ. YUMURTA | 70 |
| BEYAZ PEYNİR | 93 |
| ZEYTİN | 35 |
| DOM-SALATALIK | 14 |
| REÇEL | 35 |
| ÇİKOLATALI SÜT | 120 |
| İKİNDİ ÖĞÜN | |
| TUZLU KURABİYE | 180 |

**UYGUNDUR**

**HAZIRLAYAN**
**PROJE MÜDÜRÜ**
**ESMA T. BAYAM**

**ONAYLAYAN**
**GENEL MÜDÜR**
**ENVER İSTİF**