

3 KASIM 2025 PAZARTESİ	
YEMEK ADI	KALORİ
OMLET	101
BEYAZ PEYNİR	93
SİYAH ZEYTİN	35
DOMATES - SALATALIK	25
REÇEL	35
SÜT	92
İKİNDİ ÖĞÜN	
KURU ÜZÜM - LEBLEBİ	60-160
TOPLAM:	481

4 KASIM 2025 SALI	
YEMEK ADI	KALORİ
AÇMA	135
KREM PEYNİR	38
KOKTEYL ZEYTİN	40
DOM. - SALATALIK	25
BAL	66
BİTKİ ÇAYI	2
İKİNDİ ÖĞÜN	
MEYVE TABAĞI	40-50
TOPLAM:	351

5 KASIM 2025 ÇARŞAMBA	
YEMEK ADI	KALORİ
PATATES KIZARTMASI	150
MİSKET PEYNİR	80
SİYAH ZEYTİN	35
DOMATES - SALATALIK	25
TAHİN PEKMEZ	92
MEYVE SUYU	102
İKİNDİ ÖĞÜN	
PATLAMIŞ MISIR	105
TOPLAM:	589

6 KASIM 2025 PERŞEMBE	
YEMEK ADI	KALORİ
KREP	93
LABNE PEYNİRİ	29
KOKTEYL ZEYTİN	40
DOMATES - SALATALIK	25
BAL	66
BİTKİ ÇAYI	2
İKİNDİ ÖĞÜN	
KURU KAYISI - FINDIK	330
TOPLAM:	585

7 KASIM 2025 CUMA	
YEMEK ADI	KALORİ
HAŞLAMA YUMURTA	70
ÇEÇİL PEYNİR	60
SİYAH ZEYTİN	35
DOMATES - SALATALIK	25
REÇEL	35
KAKAOLU SÜT	124
İKİNDİ ÖĞÜN	
VİTAMİN BAR	26-50
TOPLAM:	389

10 KASIM 2025 PAZARTESİ	
ARA TATİL	
11 KASIM 2025 SALI	
ARA TATİL	
12 KASIM 2025 ÇARŞAMBA	
ARA TATİL	
13 KASIM 2025 PERŞEMBE	
ARA TATİL	
14 KASIM 2025 CUMA	
ARA TATİL	
17 KASIM 2025 PAZARTESİ	
YEMEK ADI	KALORİ
HAŞLAMA YUMURTA	70
LABNE PEYNİRİ	29
SİYAH ZEYTİN	35
DOMATES - SALATALIK	25
REÇEL	35
SÜT	92
İKİNDİ ÖĞÜN	
MEYVE TABAĞI	40-50
TOPLAM:	301

18 KASIM 2025 SALI	
YEMEK ADI	KALORİ
POĞAÇA	125
KAŞAR PEYNİRİ	53
KOKTEYL ZEYTİN	40
DOM. - SALATALIK	25
BAL	66
BİTKİ ÇAYI	2
İKİNDİ ÖĞÜN	
TATLI KURABIYE	140
TOPLAM:	451

19 KASIM 2025 ÇARŞAMBA	
YEMEK ADI	KALORİ
YUMURTALI PATATES	136
BEYAZ PEYNİR	93
SİYAH ZEYTİN	35
DOMATES - SALATALIK	25
TAHİN PEKMEZ	92
MEYVE SUYU	102
İKİNDİ ÖĞÜN	
GÜL BÖREĞİ	125
TOPLAM:	608

20 KASIM 2025 PERŞEMBE	
YEMEK ADI	KALORİ
PATATESLİ GÖZLEME	250
ÇUBUK PEYNİR	82
KOKTEYL ZEYTİN	40
DOMATES - SALATALIK	25
BAL	66
BİTKİ ÇAYI	2
İKİNDİ ÖĞÜN	
VİTAMİN BAR	26-50
TOPLAM:	495

21 KASIM 2025 CUMA	
YEMEK ADI	KALORİ
OMLET	101
BEYAZ PEYNİR	93
SİYAH ZEYTİN	35
DOMATES - SALATALIK	25
REÇEL	35
KAKAOLU SÜT	124
İKİNDİ ÖĞÜN	
KEK	240
TOPLAM:	650

24 KASIM 2025 PAZARTESİ	
YEMEK ADI	KALORİ
PATATES KIZARTMASI	150
DİL PEYNİRİ	87
SİYAH ZEYTİN	35
DOMATES - SALATALIK	25
REÇEL	35
SÜT	92
İKİNDİ ÖĞÜN	
PATLAMIŞ MISIR	105
TOPLAM:	529

25 KASIM 2025 SALI	
YEMEK ADI	KALORİ
HAŞLAMA YUMURTA	70
KREM PEYNİR	38
KOKTEYL ZEYTİN	40
DOM. - SALATALIK	25
BAL	66
BİTKİ ÇAYI	2
İKİNDİ ÖĞÜN	
KURU ÜZÜM LEBLEBİ	60-160
TOPLAM:	350

26 KASIM 2025 ÇARŞAMBA	
YEMEK ADI	KALORİ
FOCACCİA EKMEĞİ	140
MİSKET PEYNİR	80
SİYAH ZEYTİN	35
DOMATES - SALATALIK	25
TAHİN PEKMEZ	92
MEYVE SUYU	102
İKİNDİ ÖĞÜN	
MEYVE TABAĞI	40-50
TOPLAM:	519

27 KASIM 2025 PERŞEMBE	
YEMEK ADI	KALORİ
OMLET	101
BEYAZ PEYNİR	93
KOKTEYL ZEYTİN	40
DOMATES - SALATALIK	25
BAL	66
BİTKİ ÇAYI	2
İKİNDİ ÖĞÜN	
MUHALLEBİ	187
TOPLAM:	514

28 KASIM 2025 CUMA	
YEMEK ADI	KALORİ
PANKEK	49
LABNE PEYNİRİ	29
SİYAH ZEYTİN	35
DOMATES - SALATALIK	25
REÇEL	35
KAKAOLU SÜT	124
İKİNDİ ÖĞÜN	
ISLAK KEK	285
TOPLAM:	582

HAZIRLAYAN
PROJE MÜDÜRÜ
AYŞE NUR ÖZTÜRK

ONAYLAYAN
OKUL MÜDÜRÜ
ENVER İSTİF