

1 ARALIK 2025 PAZARTESİ	
YEMEK ADI	KALORİ
EZOĞELİN ÇORBA	140
ORMAN KEBABI	270
ERİŞTE	269
MEYVE	50-150
SALATA BÜFESİ	67-77
ZEYTİNYAĞLI	60-160
TOPLAM:	959

2 ARALIK 2025 SALI	
YEMEK ADI	KALORİ
DOMATES ÇORBASI	66
G.U KURU FASULYE	256
Ş. PİRİNÇ PİLAVI	270
PUDİNG	132
SALATA BÜFESİ	67-77
ZEYTİNYAĞLI	60-160
TOPLAM:	904

3 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	
YEMEK ADI	KALORİ
TARHANA ÇORBASI	150
FIRIN TAVUKLU KARNABAHAAR	402
BULGUR PİLAVI	149
KOMPOSTO	112
SALATA BÜFESİ	67-77
ZEYTİNYAĞLI	60-160
TOPLAM:	993

4 ARALIK 2025 PERŞEMBE	
YEMEK ADI	KALORİ
DÜĞÜN ÇORBASI	220
KURU KÖFTE	265
GÜL BÖREĞİ	246
İRMİK HELVASI	432
SALATA BÜFESİ	67-77
ZEYTİNYAĞLI	60-160
TOPLAM:	1343

5 ARALIK 2025 CUMA	
YEMEK ADI	KALORİ
MERCİMEK ÇORBA	157
HAMBURGER	480
PATATES KIZARTMASI	270
AYRAN	64
SALATA BÜFESİ	67-77
ZEYTİNYAĞLI	60-160
TOPLAM:	1151

8 ARALIK 2025 PAZARTESİ		9 ARALIK 2025 SALI		10 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA		11 ARALIK 2025 PERŞEMBE		12 ARALIK 2025 CUMA	
YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ
MERCİMEK ÇORBASI	157	KÖZ PATLICAN ÇORB	96	YAYLA ÇORBASI	99	EZOĞELİN ÇORBA	140	MERCİMEK ÇORBASI	157
PİZZA MENÜ	372	NOHUT YEMEĞİ	236	PİLİÇ K.LI BUT/PAT	450	ETLİ TAZE FASULYE	189	İZMİR KÖFTE	392
PATATES	270	Ş. PİRİNÇ PİLAVI	270	SPAGETTİ	320	MAKARNA	260	BULGUR PİLAVI	208
AYRAN	64	BİSKÜVİLİ PASTA	427	MEYVE	50-150	MEYVE	50-150	CACIK	89
SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77
ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160
TOPLAM:	1043	TOPLAM:	1209	TOPLAM:	1149	TOPLAM:	869	TOPLAM:	1026
15 ARALIK 2025 PAZARTESİ		16 ARALIK 2025 SALI		17 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA		18 ARALIK 2025 PERŞEMBE		19 ARALIK 2025 CUMA	
YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ
DOMATES ÇORBASI	91	EZOĞELİN ÇORBA	140	ŞEHRİYE ÇORBASI	181	MERCİMEK ÇORBASI	157	TARHANA ÇORBASI	150
ET DÖNER	478	KIYMALI PATATES OTURTMA	430	MANTARLI SEBZELİ TAVUK SOTE	345	BEŞAMELLİ İSPANAK	296	KÖFTE	250
PİLAV	270	ERİŞTE	260	BULGUR PİLAVI	208	MAKARNA	260	PATATES	270
AYRAN	64	KOMPOSTO	108	MEYVE	50-150	ÇİLEKLİ PUDİNG	166	AYRAN	64
SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77
ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160
TOPLAM:	1083	TOPLAM:	1118	TOPLAM:	1014	TOPLAM:	1059	TOPLAM:	914
22 ARALIK 2025 PAZARTESİ		23 ARALIK 2025 SALI		24 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA		25 ARALIK 2025 PERŞEMBE		26 ARALIK 2025 CUMA	
YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ
MERCİMEK ÇORBASI	157	DÜĞÜN ÇORBA	220	DOMATES ÇORBASI	91	EZOĞELİN ÇORBA	140	TARHANA ÇORBA	150
MANTI	332	YEŞİL MERCİMEK	232	PİLAV ÜSTÜ TAVUK	351	BEĞENDİLİ MİSKET KÖFTE	324	ET HAŞLAMA	256
SEBZELİ MÜCVER	256	SOSLU MAKARNA	280	FIRIN PATATES	240	SOSLU MAKARNA	280	PİRİNÇ PİLAVI	270
MEYVE	50-150	REVANİ	348	CACIK	92	MOZAİK PASTA	176	AYRAN	64
SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77
ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160
TOPLAM:	1025	TOPLAM:	1260	TOPLAM:	954	TOPLAM:	1100	TOPLAM:	920
29 ARALIK 2025 PAZARTESİ		30 ARALIK 2025 SALI		31 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA					
YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ	YEMEK ADI	KALORİ				
Y. DÖVME ÇORBA	170	DOMATES ÇORBASI	91	EZOĞELİN ÇORBA	140				
ÇOBAN KAVURMA	330	KARIŞIK DOLMA	262	ÇITIR TAVUK	380				
BULGUR PİLAVI	208	KIYMALI MAKARNA	280	SPAGETTİ	260				
MEYVE	50-150	SÜTLAÇ	242	AYRAN	64				
SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77	SALATA BÜFESİ	67-77				
ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160	ZEYTİNYAĞLI	60-160				
TOPLAM:	988	TOPLAM:	1055	TOPLAM:	1024				

UYGUNDUR

HAZIRLAYAN
PROJE MÜDÜRÜ
ESMANUR TEKEŞİN BAYAMONAYLAYAN
OKUL MÜDÜRÜ
ENVER İSTİF