



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI
İLK - ORTAOKUL EYLÜL 2019
KAHVATI, ÖĞLE YEMEĞİ VE İKİNDİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	9.09.2019	10.09.2019	11.09.2019	12.09.2019	13.09.2019
KAHVATI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	PEYNİRLİ PARMAK BÖREK (200 CAL)	ZEYTİNLİ ÇAVDARLI AÇMA (161 CAL)	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ EKMEK (212 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ RULO BÖREK
	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-1	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	DEREOTLU KABAK ÇORBA (190 CAL)	NANELİ DÖVME ÇORBA (250 CAL)	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)
	ÇÖKERTME DÖNER	TEPSİDE KUMPIR	HİNDİ BURGER (ELMA DLİM PATATES EŞLİĞİNDE (255 CAL)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	FESLEĞEN SOSLU IZGARA KÖFTE (300 CAL)
	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	AYRAN (120 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ SPAGETTİ MAKARNA (275 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-2	BROKOLİ ÇORBA 190 CAL)	EYYUBİ ÇORBA (250 CAL)	EV USULÜ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	AZERİ ÇORBA (250 CAL)
	HACI MAHMUT BEY KEBABI	ISPANAK OGRETEN (260 CAL)	İSLİM KÖFTE (260 CAL)	KARIŞIK DOLMA (230 CAL)	SEBZELİ BALIK KAVURMA (350 CAL)
	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	DERDER PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (450 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)
	KADAYIF TOPLARI (300 CAL)	MUHALLEBİLİ KEMAL PAŞA KUP (300 CAL)	AŞURE (240 CAL)	TRİLİÇE	SAHLEPLİ MUHALLEBİ (200 CAL)
ÖĞLE YEMEK ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.TAZE FASULYE (154 CAL)	Z.Y.KARNABAHAHAR PANE (190 CAL)	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE (145 CAL)	Z.Y. BAMYA (160 CAL)	Z.Y. BARBUNYA (250 CAL)
	Z.Y.SOSLU KARIŞIK KIZARTMA (250 CAL)	Z.Y.DEREOTLU KABAK KALYE (130 CAL)	Z.Y. MÜCVER (188 CAL)	Z.Y.BROKOLİ (150 CAL)	ZY KÖPOĞLU (160 CAL)
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
	KISIR SALATA	COLESLAW SALATA	SEBZELİ NOHUT SALATA	MERCİMEK KÖFTE	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA
	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA
	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA
	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA
	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)
	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)
İKİNDİ	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (50 CAL)	ELMALI CEVİZLİ MUFFİN KEK	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	GÜN KURUSU KAYISI - CEVİZ	

	16.09.2019	17.09.2019	18.09.2019	19.09.2019	20.09.2019
KAHVALTİ	BEYAZ PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI SANDVIÇ(270)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	ZEYTİNLİ MİNİ PIZZA (200 CAL)	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ EKMEK (200 CAL)	SAKALLI
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)

ÖĞLE YEMEK MENÜ-1	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	YAYLA ÇORBA (220 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (250 CAL)
	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (260 CAL)	HAMBURGER KÖFTE (FIRIN PATATES İLE) (450 CAL)	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL)	HİNDİ BUT TANDIR (KEŞKEK BEĞENDİ İLE) (350 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)
	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	AYRAN (120 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU BONCUK MAKARNA (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-2	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	TARHANA ÇORBA (190 CAL)	SÜTLÜ İSPANAK ÇORBA (220 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)
	KIYMALI LAHANA SARMA (260 CAL)	ORMAN KEBABI	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK (320 CAL)	FAJİTA KÖFTE	KARNİYARIK (300 CAL)
	RENKLİ BÖREK	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)
	KAYISI TANELİ KUP (200 CAL)	BİSKÜVÜLÜ MUHALLEBİ (MAGNOLİA)	PORTAKALLI MUHALLEBİ	TARÇINLI SÜTLAÇ (270 CAL)	ALAÇATI MUHALLEBİSİ (230 CAL)
ÖĞLE YEMEK ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.TAZE FASÜLYE DİPLE (200 CAL)	ZY HAVUÇ TAVA (160 CAL)	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE (145 CAL)	Z.Y.PAZI KAVURMA (160 CAL)	Z.Y. MÜCVER (188 CAL)
	Z.Y.SOSLU PATLIÇAN TAVA (250 CAL)	Z.Y.YAPRAK SARMA (210 CAL)	Z.Y.SOSLU BİBER TAVA (180 CAL)	Z.Y.KARNABAHAH PANE (160 CAL)	Z.Y.BAMYA (160 CAL)
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
	SEBZELİ NOHUT SALATA	KISIR SALATA	COLESLAW SALATA	PANCARLI KUSKUS SALATA	MERCİMEK KÖFTE
	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA
	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA
	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA
	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	CACIK (120 CAL)
	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)

İKİNDİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	ÇATAL KURABİYE	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (50 CAL)	MEYVELİ BARDAK YOĞURT	
--------	-----------------------	----------------	---------------------------------------	-----------------------	--

	23.09.2019	24.09.2019	25.09.2019	26.09.2019	27.09.2019
KAHVALTİ	ÇAVDARLI AÇMA (161 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ RULO BÖREK	KAŞAR PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI SANDVIÇ (285 CAL)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	PEYNİRLİ GÖZLEME
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)

ÖĞLE YEMEK MENÜ-1	DOMATESLİ ARPA ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	TARHANA ÇORBA (250 CAL)	EV USULÜ MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)
	ISLAMA KÖFTE	KIYMALI PATATES OTURTMA (300 CAL)	SEBZELİ HİNDİ BUT KAVURMA (KEŞKEK BEĞENDİ EŞLİĞİNDE)	ETLİ TAZE FASÜLYE (160 CAL)	ÇENTİK KÖFTE
	PEYNİRLİ BURGU MAKARNA (300 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU BONCUK MAKARNA (300 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-2	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)	NANELİ DÖVME ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	GENDİME ÇORBA	TERB. HAVUÇLU TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)
	YUFKALI PAŞA KEBABI	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	FİNİKE KÖFTE	KIYMALI PAZI SARMA (230 CAL)	MISIR UNLU BALIK TAVA
	DERDER PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (450 CAL)	FIRIN MAKARNA (300 CAL)
	MEYVELİ İRMİK PASTASI (450 CAL)	KEKLİ SAKIZLI MUHALLEBİ (250 CAL)	VANİLYALI PEPEÇURA KUP (160 CAL)	SAHLEPLİ MUHALLEBİ (200 CAL)	İRMİK HELVASI (420 CAL)
ÖĞLE YEMEK ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.TAZE FASULYE (154 CAL)	Z.Y.KARNABAHAAR (124 CAL)	Z.Y.ŞAKŞUKA (200 CAL)	Z.Y.CUŞKA BİBER BORANI (164 CAL)	Z.Y.SOSLU KARIŞIK KIZARTMA (250 CAL)
	Z.Y.SOSLU BİBER TAVA (180 CAL)	Z.Y.ISPANAK MÜCVER 165 CAL)	Z.Y.DEREOTLU KABAK KALYE (130 CAL)	Z.Y.PIRASA (210 CAL)	Z.Y.LAHANA SARMA (210 CAL)
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
	SEBZELİ NOHUT SALATA	KISIR SALATA	COLESLAW SALATA	PANCARLI KUSKUS SALATA	MERCİMEK KÖFTE
	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA
	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA
	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA
	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	CACIK (120 CAL)
	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)

İKİNDİ	KURU ÜZÜM - CEVİZ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	ELMALI KURABİYE	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (50 CAL)	
--------	-------------------	-----------------------	-----------------	---------------------------------------	--

	30.09.2019	1.10.2019	2.10.2019	3.10.2019	4.10.2019
KAHALTI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	KREM PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI SANDVIÇ (285 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ RULO BÖREK	FIRINLANMIŞ BEYAZ PEYNİRLİ EKMEK (212 CAL)	ZEYTİNLİ AÇMA
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-1	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EKŞİLİ İSPANAK ÇORBA	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)
	ETLİ NOHUT (350 CAL)	YOĞ. PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (400 CAL)	SOSYETE MANTISI (450 CAL)	KARIŞIK PİZZA (FIRIN PATATES EŞLİĞİNDE)	ETLİ MEVSİM TURLU (260 CAL)
	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	AYRAN (120 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-2	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	DEREOTLU KABAK ÇORBA (190 CAL)	EYYUBİ ÇORBA (250 CAL)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)
	FIIRINDA KIYMALI KARNABAHAHAR	BAHÇİVAN KEBABI (290 CAL)	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	SAHAN KÖFTE (260 CAL)	KIYMALI İSPANAK
	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	KUSKUS MAKARNA (300 MAKARNA)
	İNCİR TANELİ KUP (210 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ (MAGNOLİA)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)	TRİLİÇE
ÖĞLE YEMEK ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.SOSLU PATLICAN TAVA (250 CAL)	Z.Y.PAZI KAVURMA (250 CAL)	Z.Y.ŞAKŞUKA (200 CAL)	Z.Y.LAHANA SARMA (210 CAL)	Z.Y.SOSLU BİBER TAVA (180 CAL)
	Z.Y.DEREOTLU KABAK KALYE (130 CAL)	Z.Y.MÜCVER (188 CAL)	Z.Y.BARBUNYA PİLAKİ (250 CAL)	Z.Y.BROKOLİ (150 CAL)	Z.Y.KURU BÖRÜLCE (250 CAL)
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
	SEBZELİ NOHUT SALATA	KISIR SALATA	COLESLAW SALATA	PANCARLI KUSKUS SALATA	MERCİMEK KÖFTE
	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA
	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA
	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA
	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	CACIK (120 CAL)
	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)
İKİNDİ	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (50 CAL)	SUSAMLI KRİK KRAK	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	