



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI
LİSE BÖLÜMÜ ŞUBAT AYI
KAHVALTI, ÖĞLE YEMEĞİ VE İKİNDİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	3.02.2020	4.02.2020	5.02.2020	6.02.2020	7.02.2020
KAHVALTI	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI POĞAÇA (130 CAL)	SAKALLI	TAHİN PEKMEZLİ RULO BÖREK (400 CAL)	SANDVİÇ (135 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)
	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU
MENÜ 1 (PRATİK)	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (190CAL)	TARHANA ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (60 CAL)
	IZGARA TAVUKLU SPECIAL SALATA	PESTO SOSLU İTALYAN MAKARNA	BALIK EKMEK (MEVSİM YEŞİLLİKLERİ İLE)	SOSYETE MANTISI (495 CAL)	MARGARİTA PİZZA
	MEYVE (50 CAL)	TRİLİÇE (495 CAL)	EV YAPIMI LİMONATA	BİSKÜVİLİ KABAK TATLISI	EV YAPIMI AYRAN
MENÜ 2	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (190CAL)	TARHANA ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (60 CAL)
	SEBZELİ KIŞ ÇORBASI	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	KEREVİZLİ MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EKŞİLİ İSPANAK ÇORBA	TERBİYELİ HAVUÇLU TEL ŞEHRİYE ÇORBA
	KAŞARLI KÖFTE (300 CAL) (PATATES PÜRESİ İLE)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	İZMİR KÖFTE (260 CAL)	SOSYETE MANTISI (495 CAL)	KARIŞIK PİZZA (400 CAL) (FİRİN PATATES EŞLİĞİNDE)
	ABANT USULÜ PİLİÇ BİFTEK (240 CAL) (BEĞENDİ İLE)	KARIŞIK MUSAKKA (300 CAL)	SEBZELİ BALIK KAVURMA (300 CAL) (ROKA SALATA İLE)	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK (350 CAL)	SEBZELİ HİNDİ GRATEN
	NAPOLİTEN SOSLU BURGU MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	AYRAN (120 CAL)
	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	FİRİN MAKARNA (400 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	DERDER PİLAVI (350 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	SÜTLÜ CEVİZLİ İRMİK KUP(270)	TRİLİÇE (495 CAL)	UN HELVASI (495 CAL)	BİSKÜVİLİ KABAK TATLISI	HİNDİSTAN CEVİZİ TOPLARI (400 CAL)
	Z.Y.SOSLU KABAK TAVA (200)	Z.Y.KARNABAHAHAR PANE (190)	Z.Y.BARBUNYA (250)	Z.Y. MANTAR PİLAKİ (146)	Z.Y.BROKOLİ (150)
	Z.Y.PORTAKALLI PIRASA (220)	Z.Y.PAZI KAVURMA (160)	Z.Y.SOSLU BİBER TAVA (180)	Z.Y.LAHANA SARMA (210)	Z.Y.KARIŞIK MÜCVER (188)
	KISIR SALATA	MERCİMEK KÖFTE	COLESLAW SALATA	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	PANCARLI KUSKUS MAKARNA
	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	CEVİZLİ HAVUÇLU KEK	KARIŞIK KURUYEMİŞ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	MEYVELİ & SADE BARDAK YOĞURT

	10.02.2020	11.02.2020	12.02.2020	13.02.2020	14.02.2020
KAHVALTI	SANDVIÇ (140 CAL) BEYAZ PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)	PEYNİRLİ GÖZLEME	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	MİNİ POĞAÇA	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ EKMEK
	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU
MENÜ 1 (PRATİK)	EV USULÜ MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	EKŞİLİ İSPANAK ÇORBA
	NAPOLİTEN SOSLU GNOCETTİ	BARBEKÜ SOSLU HAMBURGER KÖFTE (300 CAL) (FIRINLANMIŞ ELMA DİLİM PATATES İLE)	TON BALIKLI SPECIAL SALATA	DİL PEYNİRLİ SICAK SANDVIÇ	ET DÖNER DÜRÜM (400 CAL) (SOS VE FIRIN PATATES İLE)
	MEYVE (50 CAL)	EV YAPIMI LİMONATA	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ	EV YAPIMI AYRAN
MENÜ 2	EV USULÜ MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	EKŞİLİ İSPANAK ÇORBA
	AZERİ ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	HAVUÇLU TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)	DEREOTLU KABAK ÇORBA (190 CAL)
	ETLİ NOHUT (350 CAL)	BARBEKÜ SOSLU HAMBURGER KÖFTE (300 CAL) (FIRINLANMIŞ ELMA DİLİM PATATES İLE)	ETLİ TAZE FASULYE (190 CAL)	İNEGÖL KÖFTE (300 CAL) (PİYAZ SALATA İLE)	ET DÖNER (400 CAL) (LAVAŞ VE FIRIN PATATES İLE)
	ETLİ MEVSİM TURLÜ (260 CAL)	CHICKEN BURGER (FIRINLANMIŞ ELMA DİLİM PATATES İLE)	KIYMALI LAHANA SARMA (230 CAL)	HİNDİ BUT TANDIR (KEŞKEK BEĞENDİ İLE)	
	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	AYRAN (120 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ SPAGETTİ MAKARNA (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (450 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	AYRAN (120 CAL) - MEYVE (50 CAL)
	KAYISI TANELİ KUP (200 CAL)	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ	KEŞKÜL (200 CAL)
	Z.Y. HAVUÇ VİŞİ	Z.Y. BAMYA	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE (150)	Z.Y. PAZI KAVURMA (160)	Z.Y. AYVALI KEREVİZ (145)
	Z.Y. KÖPOĞLU (160)	Z.Y. PORTAKALLI PIRASA (220)	Z.Y. SOSLU KABAK TAVA (200)	Z.Y. KARIŞIK ŞAKŞUKA (200)	Z.Y. MÜCVER (188)
	COLESLAW SALATASI	PANCARLI NOHUT SALATA	NARLI KISIR 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)	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	TAM TAHILLI PEKMEZLİ CEVİZLİ KEK	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	SUSAMLI KRİK KRAK	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (50 CAL)	ACIBADEM KURABİYESİ

	17.02.2020	18.02.2020	19.02.2020	20.02.2020	21.02.2020
KAHVALTI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	ZEYTİNLİ AÇMA	SANDVİÇ (140 CAL) BEYAZ PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)	MAYDANOZLU PEYNİRLİ EV YAPIMI POĞAÇA (130 CAL)	PATATESLİ ÇITIR BÖREK (400 CAL)
	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU
MENÜ 1 (PRATİK)	TARHANA ÇORBA (220 CAL)	SEBZELİ KIŞ ÇORBASI	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)
	IZGARA KÖFTELİ SPECIAL SALATA	MEKSİKA SOSLU TAVUK DİLİMLİ SICAK SANDVİÇ	KARIŞIK PİZZA (400 CAL) (FIRIN PATATES EŞLİĞİNDE)	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL)	LAHMACUN (MEVSİM YEŞİLLİKLERİ İLE)
	MEYVE (50 CAL)	TRİLİÇE (495 CAL)	EV YAPIMI LİMONATA	PORTKALLI MUHALLEBİ	EV YAPIMI AYRAN
MENÜ 2	SÜLEYMANIYE ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)
	TARHANA ÇORBA (220 CAL)	SEBZELİ KIŞ ÇORBASI	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	KİMYONLU KEREVİZ ÇORBA	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)
	ISLAMA KÖFTE (300 CAL)	ETLİ KURU FASULYE (350 CAL)	SEBZELİ FAJİTA KÖFTE (300 CAL)	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL)	LAHMACUN (MEVSİM YEŞİLLİKLERİ İLE)
	PİLİÇ BONFİLE IZGARA (FIRINLANMIŞ SEBZELER İLE)	KARIŞIK DOLMA (230 CAL)	KIYMALI PAŞA KEBABI	KIYMALI ISPANAK GRATEN (220 CAL)	
	PEYNİRLİ BONCUK MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU FİYONK MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	AYRAN (120 CAL)
	DERDER PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ PARMAC BÖREK (400 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	KARAGÖZ TATLISI
	KESTANE TOPLARI (350 CAL)	TRİLİÇE (495 CAL)	FIRIN SÜTLAÇ	PORTAKALLI MUHALLEBİ	
	Z.Y.LAHANA SARMA (210)	Z.Y. MÜCVER (188)	Z.Y.BARBUNYA (250)	Z.Y.KARNABAHAAR PANE (190)	Z.Y. TAZE FASULYE
	Z.Y.BROKOLİ (150)	Z.Y.BAMYA (160)	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE	Z.Y.PIRASA (210)	Z.Y. HAVUÇ TAVA
	PANCARLI NOHUT SALATA	SEBZELİ ERİŞTE SALATASI	KISIR SALATA	COLESLAW 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)	CACIK (120 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 KANDİL SİMİTİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	ÇATAL KURABIYE (120 CAL)

	24.02.2020	25.02.2020	26.02.2020	27.02.2020	28.02.2020
KAHYALTI	SAKALLI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ RULO BÖREK (400 CAL)	SANDVIÇ (135 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)	DEREOTLU PEYNİRLİ MİNİ POĞAÇA (130 CAL)
	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) & MEYVE SUYU

MENÜ 1 (PRATİK)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	
	IZGARA KÖFTELİ SPECIAL SALATA	DİL PEYNİRLİ SICAK SANDVIÇ	FIRINDA ÇITIR BALIK (MEVSİM SALATA VE PATATES PÜRESİ İLE)	SEBZELİ NOODLE (TATLI EKŞİ SOS İLE)	
	EV YAPIMI AYRAN	EV YAPIMI LİMONATA	İRMİK HELVASI	MEYVE (50 CAL)	

MENÜ 2	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	DOM. ARPA ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	ASYA GÜNÜ
	GENDİME ÇORBA	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	
	KÜTAHYA KÖFTE (300 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	FIRINDA ÇITIR BALIK (PATATES PÜRESİ İLE)	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (260 CAL)	
	SEBZELİ HİNDİ BUT KAVURMA(255 CAL) (KEŞKEK BEĞENDİ İLE)	KIYMALI BEZELYE GRATEN	ROSTO KÖFTE (290 CAL)	KIYMALI PAZI SARMA (230 CAL)	
	PEYNİRLİ BURGU MAKARNA (300 CAL)	SADE PİLAV (350 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	
	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	PATLICANLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (450 CAL)	
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	
	KAYISI TANELİ KUP (200 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)	İRMİK HELVASI	KADAYIF TOPLARI (300 CAL)	
	Z.Y.JSPANAK KAVURMA (157)	Z.Y.PIRASA (210)	Z.Y. KURU BÖRÜLCE PİLAKİ (250)	Z.Y. BROKOLİ	
	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE (150)	Z.Y.KARNABAHAHAR PANE (190)	Z.Y. KÖPOĞLU(160)	Z.Y. MÜCVER (188)	
	KISIR SALATA	COLESLAW SALATA	MERCİMEK KÖFTE	PANCARLI NOHUT SALATA	
	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	
	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	
	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	

İKİNDİ	MUZ	SELANİK GEVREĞİ	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (50 CAL)	KARIŞIK KURUYEMİŞ	ÜZÜMLÜ KEK (200 CAL)
--------	-----	-----------------	---------------------------------------	-------------------	----------------------