



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI İLK - ORTAÖĞRETİM BÖLÜMÜ
KASIM - 2018
SABAH BESLENME MENÜSÜ

SARDUNYA

	5.11.2018	6.11.2018	7.11.2018	8.11.2018	9.11.2018
KAHVALTI	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ EKMEK (212 CAL)	ÇAVDARLI EKMEKTEN GÖBEK SALATA - SALATALIK VE BEYAZ PEYNİRLİ SANDVIÇ	PATATESLİ PARMAC BÖREK (280 CAL)	PEYNİRLİ MAYDANOZLU EKMEK (200 CAL)	TAM TAHILLI AÇMA (161 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	SADE BARDAK YOĞURT(120)	SUSAMLI KRİK KRAK(236 CAL)	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ	
ETÜT	ACIBADEM KURABİYESİ (297 CAL)	BROWNİ KEK (222 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	PATATESLİ MİNİ PİZZA (170 CAL)	KAŞAR PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI SANDVIÇ(285 CAL)

12.11.2018	13.11.2018	14.11.2018	15.11.2018	16.11.2018
ARA TATİL				

	19.11.2018	20.11.2018	21.11.2018	22.11.2018	23.11.2018
KAHVALTI	TAM TAHILLI ZEYTİNLİ MİNİ PİZZA	PEYNİRLİ SİGARA BÖREĞİ (280 CAL)	GÖBEK SALATA - SALATALIK VE KREM PEYNİRLİ SANDVIÇ (200 CAL)	YEDİ TAHILLI MİNİ POĞAÇA	PATATESLİ GÖZLEME (185 CAL)
	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
İKİNDİ	ACIBADEM KURABİYESİ (297 CAL)	GÜN KURUSU KAYISI - CEVİZ(95)	SELANİK GEVREĞİ (120 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	
ETÜT	SADE BARDAK YOĞURT (120 CAL)	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK (120 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	BEYAZ PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI SANDVIÇ(270)	PEYNİRLİ SİGARA BÖREĞİ (280 CAL)

	26.11.2018	27.11.2018	28.11.2018	29.11.2018	30.11.2018
KAHVALTI	KAPYA BİBERLİ, KAŞAR PEYNİRLİ FIRINLANMIŞ EKMEK	GÖBEK SALATA - SALATALIK VE BEYAZ PEYNİRLİ SANDVIÇ (270 CAL)	PATATESLİ PARMAC BÖREK (280 CAL)	PEYNİRLİ MAYDANOZLU EKMEK (200 CAL)	TAJ TAHILLI SOKAK SİMİTİ
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	BROWNİ KEK(222)	GÜN KURUSU KAYISI - CEVİZ(95)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	
ETÜT	SUSAMLI KANDİL SİMİTİ	MEVSİM MEYVE(50)	GÖBEK SALATA - SALATALIK VE BEYAZ PEYNİRLİ SANDVIÇ (270 CAL)	PEYNİRLİ SİGARA BÖREĞİ (200 CAL)	FIRINLANMIŞ BEYAZ PEYNİRLİ EKMEK (200 CAL)



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI İLK - ORTAÖĞRETİM BÖLÜMÜ
KASIM - 2018
ÖĞLE YEMEĞİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	5.11.2018	6.11.2018	7.11.2018	8.11.2018	9.11.2018
MENÜ-1	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	SÜTLÜ BADEM ÇORBA	ATATÜRK'ÜN SEVDİĞİ YEMEKLER
	IZGARA KÖFTE (PATATES PÜRESİ İLE) (300 CAL)	TEREYAĞLI EL MANTISI (455 CAL)	HİNDİ BUT KAVURMA (PATATES PÜRESİ İLE) (255 CAL)	ETLİ KURU FAŞÜLYE (350 CAL)	
	PEYNİRLİ SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU BONCUK MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	
MENÜ-2	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)	
	ÇİTLİK KEBABI (350 CAL)	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	KIYMALI KARNİYARIK (300 CAL)	ISPANAK GRATEN (260 CAL)	
	ERİŞTELİ BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	DERDER (YEŞİL MERCİMEKLİ BULGUR) PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (350 CAL)	
	RULO MOZAIK PASTA (400 CAL)	KAKAO KREM KARAMEL (200 CAL)	MAGNOLYA (290 CAL)	HİNDİSTAN CEVİZİ TOPLARI (400 CAL)	
ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y. AYVALI KEREVİZ(125)	Z.Y.LAHANA SARMA(210)	Z.Y.SOSLU KABAK TAVA(200)	Z.Y.KARIŞIK MÜCVER(188)	
	Z.Y.SOSLU PATLİCAN TAVA(250)	Z.Y.KARNABAHAHAR PANE(190)	Z.Y.BARBUNYA PİLAKİ(250)	Z.Y.PAZI KAVURMA(160)	
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	
	SEBZELİ NOHUT SALATA	HARDAL SOSLU PATLİCAN SALATA	MERCİMEK KÖFTE	KURU MEYVELİ BUĞDAY 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	
	CACIK	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	
YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT		

	12.11.2018	13.11.2018	14.11.2018	15.11.2018	16.11.2018
	ARA TATİL				

	19.11.2018	20.11.2018	21.11.2018	22.11.2018	23.11.2018
MENÜ-1	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA (220 CAL)	CIVRILA ÇORBA (250 CAL)	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	YAYLA ÇORBA (250 CAL)
	ETLİ TAZE FASÜLYE (180 CAL)	ÇENTİK KÖFTE(300 CAL)	DEFNE YAPRAKLI KIYMALI PATATES OTURTMA (310 CAL)	SEBZELİ - SUCUKLU PIZZA (ELMA DİLİM PATATES İLE)	MİNİ KÖFTELİ YEŞİL MERCİMEK (350 CAL)
	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ BURGUR MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	AYRAN (120 CAL)	SOSLU SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
MENÜ-2	SÜLEYMANİYE (İSPANAKLI MERCİMEK) ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	HAVUÇLU TERBİYELİ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)
	KIYMALI KARNABAHAH GRATEN (190 CAL)	SEBZELİ BALIK KAVURMA (350 CAL)	DOĞRAMA(ET-PATLICAN-NOHUT) AŞI (300 CAL)	HASANPAŞA KÖFTE (260 CAL)	KIYMALI PAZI SARMA (230 CAL)
	KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (350 CAL)	ACEM PİLAVI (300 CAL)	PATATESLİ AVCI BÖREĞİ (400 CAL)
	KEMALPAŞA TATLISI (400 CAL)	İRMİK HELVASI (495 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)	CEVİZLİ SULTAN LOKUMU (495 CAL)	FINDIKPARE (450 CAL)
ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.AYVALI KEREVİZ(145)	Z.Y.KARNABAHAH TAVA(190)	Z.Y.BARBUNYA PİLAKİ(250)	Z.Y.PIRASA(210)	Z.Y.TAZE FASÜLYE (154)
	Z.Y.SOLU KARIŞIK KIZARTMA(200)	Z.Y.PAZI KAVURMA(160)	Z.Y.SOSLU KABAK TAVA(175)	Z.Y.ŞAKŞUKA(200)	Z.Y. BAMYA
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
	KISIR SALATA	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	MERCİMEK KÖFTE	SEBZELİ NOHUT 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	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	CACIK
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT

	26.11.2018	27.11.2018	28.11.2018	29.11.2018	30.11.2018
MENÜ-1	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	SERÇE ÇORBA (250 CAL)
	YOĞURTLU PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (400 CAL)	SOSYETE MANTISI (495 CAL)	DANA BİFTEK	ETLİ NOHUT (350 CAL)	HAMBURGER KÖFTE (300 CAL)
	PEYNİRLİ DÜDÜK MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	(FIRINLANMIŞ PATATES VE KORNİŞON TURŞU İLE)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	AYRAN (120 CAL)
MENÜ-2	DEREOTLU KABAK ÇORBA (210 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	KIŞ ÇORBASI (220 CAL)	TARHANA ÇORBA (190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)
	ORMAN KEBABI (280 CAL)	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (280 CAL)	SEBZELİ BALIK KAVURMA (350 CAL)	KIYMALI BİBER DOLMA (230 CAL)	ELBASAN TAVA (350 CAL)
	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	RENKLİ BÖREK (400 CAL)	ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI (350 CAL)
	REVANİ (495 CAL)	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	KABAK TATLISI (350 CAL)	MAGNOLYA (290 CAL)	TRİLİÇE (495 CAL)
ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.AYVALI KEREVİZ(145)	Z.Y.KARNABAHAH TAVA(190)	Z.Y.BARBUNYA PİLAKİ(250)	Z.Y.PIRASA(210)	Z.Y. KARNABAHAH
	Z.Y.SOLU KARIŞIK KIZARTMA(200)	Z.Y.PAZI KAVURMA(160)	Z.Y.SOSLU KABAK TAVA(175)	Z.Y.ŞAKŞUKA(200)	Z.Y TAZE BÖRÜLCE DİBLE
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
	KISIR SALATA	MERCİMEK KÖFTE	KISIR SALATA	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	SEBZELİ NOHUT 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	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	KOMPOSTO
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT