



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI İLKÖĞRETİM - ORTAÖĞRETİM BÖLÜMÜ
OCAK 2019 KAHVALTI, ÖĞLE YEMEK VE İKİNDİ ÖĞÜNÜ ve ETÜT MENÜSÜ

SARDUNYA

	31.12.2018	1.01.2019	2.01.2019	3.01.2019	4.01.2019
KAHVALTI					
KAHVALTI	YEDİ TAHILLI AÇMA	YILBAŞI TATİLİ	GÖBEK SALATA - SALATALIK VE KREM PEYİRLİ SANDVIÇ (200 CAL)	ÇAVDARLI TAHILLI MİNİ POĞAÇA	TAM TAHILLI PATATESLİ MİNİ PIZZA
	SÜT (120 CAL)		SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)

ÖĞLE YEMEK					
MENÜ-1	YILBAŞI GÜNÜ	YILBAŞI TATİLİ	EZGELİN ÇORBA (250 CAL)	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)
			İZMİR KÖFTE (260 CAL)	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK (350 CAL)	SOSLU HAMBURGER KÖFTE (435 CAL)
			PEYİRLİ SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	(FIRIN PATATES, GÖBEK SALATA, KORNİŞON TURŞU İLE)
MEYVE (50 CAL)			MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL) - AYRAN (150 CAL)	
MENÜ-2			YAYLA ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	TARHANA ÇORBA (190 CAL)
			ORMAN KEBABI (280 CAL)	SEBZELİ KÖFTELİ KARNİYARIK (350 CAL)	ET SOTE (PATATES PÜRESİ İLE) (300 CAL)
			ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
ORTAK ÜRÜNLER			DAMLA SAKIZI LOKUMU (400 CAL)	FIRIN SÜTLAÇ (270 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)
			Z.Y.AYVALI KEREVİZ (145)	Z.Y.KARIŞIK MÜCVER (188)	Z.Y.KARNABAHAİR PANE (190)
			Z.Y.ŞAKŞUKA (200)	Z.Y. PORTAKALLI PIRASA (210)	Z.Y.TAZE FASULYE (154)
			SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
			KURU MEYVELİ BUĞDAL SALATA	KISIR SALATA	HARDAL SOSLU YOĞURTLU PATLICAN SALATA
			GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA
HAVUÇ SALATA			HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	
KIRMIZI LAHANA			KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	
CACIK	KOMPOSTO	KOMPOSTO			
YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT			

İKİNDİ ÖĞÜNÜ					
İKİNDİ	ACIBADEM KURABİYESİ (297 CAL)	YILBAŞI TATİLİ	SELANİK GEVREĞİ (120 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	
ETÜT					
ETÜT	SADE BARDAK YOĞURT (120 CAL)	YILBAŞI TATİLİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	BEYAZ PEYİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI SANDVIÇ(270)	PEYİRLİ SİGARA BÖREĞİ (280 CAL)

	7.01.2019	8.01.2019	9.01.2019	10.01.2019	11.01.2019
KAHVALTI					
KAHVALTI	ÇAVDARLI MİNİ POĞAÇA	GÖBEK SALATA - SALATALIK VE BEYAZ PEYNİRLİ SANDVİÇ (270 CAL)	PATATESLİ PARMAK BÖREK (280 CAL)	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ EKMEK (200 CAL)	SOKAK SİMİTİ
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)

ÖĞLE YEMEK					
MENÜ-1	NANELİ DÖVME ÇORBA (250)	EZOĞELİN ÇORBA(250)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220)	EV USL-ŞEHRİYE ÇORBA(220)	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250)
	FESLEĞEN SOSLU IZGARA KÖFTE (300 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	BEĞENDİLİ ŞEFİN KÖFTE	ETLİ TAZE FAŞÜLYE	ET DÖNER (FIRINLANMIŞ ELMA DİLİM PATATES, KORNİŞON TURŞU VE LAVAS İLE)
	PEYNİRLİ SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PÜSKÜLLÜ (TAZE FAŞÜLYELİ BULGUR) PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL) - AYRAN (150 CAL)
MENÜ-2	DOMATES ÇORBA (190)	SÜTLÜ İSPANAK ÇORBA	BROKOLİ ÇORBA(190)	DÜĞÜN ÇORBA (200)	DOM. BULGUR ÇORBA (220)
	BAHÇIVAN KEBABI (290 CAL)	KIYMALI KARIŞIK DOLMA (230 CAL)	MISIR UNLU BALIK TAVA (350 CAL)	SOSYETE MANTISI (455 CAL)	HACI MAHMUT BEY KEBABI
	DERDER (YEŞİL MERCİMEKLİ BULGUR) PİLACI (350 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (450 CAL)	FIRIN MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	ÇİKOLATA SOSLU UN HELVASI (495 CAL)
	ÇİKOLATALI KREM KAMEL (200 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ	KEKLİ SAKIZLI MUHALLEBİ (250 CAL)	SÜTLÜ REVANİ	Z.Y.ŞAKŞUKA (200)
ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE DİPLE (200 CAL)	Z.Y.PIRASA (210)	Z.Y.SOSLU BİBER KIZARTMA (180)	Z.Y.YAPRAK SARMA (210)	Z.Y.BARBUNYA PİLAKİ (250)
	Z.Y.PAZI KAVURMA (160 CAL)	Z.Y.MÜCVER (188)	Z.Y.İSPANAK KAVURMA (157)	Z.Y.BROKOLİ (150)	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	PANCARLI KUSKUS SALATA
	KISIR SALATA	HARDAL SOSLU YOĞURTLU PATLICAN SALATA	MERCİMEK KÖFTE	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
	CACIK	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	YOĞURT
YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT		

İKİNDİ ÖĞÜNÜ					
İKİNDİ	ACIBADEM KURABIYESİ (297 CAL)	MEYVELİ BARDAK YOĞURT (120 CAL)	TAM TAHILLI SUSANLI KRİK KRAK (236 CAL)	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ	
ETÜT					
ETÜT	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	BROWNİ KEK (222 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	PATATESLİ MİNİ PIZZA (170 CAL)	ÇATAL KURABIYE

	14.01.2019	15.01.2019	16.01.2019	17.01.2019	18.01.2019
KAHVATI					
KAHVATI	PATATESLİ MİNİ PIZZA	PEYNİRLİ GÖZLEME (185 CAL)	SALATALIKLI, GÖBEK SALATALI, KAŞAR PEYNİRLİ SANDVIÇ (270 CAL)	DEREOTLU MİNİ POĞAÇA	BEYAZ PEYNİRLİ MAYDANOZLU FIRINLANMIŞ EKMEK (200 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU

ÖĞLE YEMEK					
MENÜ-1	EZOĞELİN ÇORBA (250)	DOMATES ÇORBA (190)	EV USL.MERCİMEK ÇORBA (250)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250)	
	YOĞURTLU PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (400 CAL)	DEFNE YAPRAKLI KIYMALI PATATES OTURTMA (400 CAL)	HİNDİ BUT TANDIR (PATATES PÜRESİ İLE) (255 CAL)	ETLİ KURU FASÜLYE (300 CAL)	
	BONCUK MAKARNA	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİR SOSLU DENİZ KABUĞU MAKARNA (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	
MENÜ-2	YÜKSÜK ÇORBA	TERB.HAVUC TEL ŞEH. ÇORBA (220)	SÜTLÜ BADEM ÇORBA	EZOĞELİN ÇORBA (250)	
	ORMAN KEBABI 280 CAL)	KIYMALI PAZI SARMA (230 CAL)	HASANPAŞA KÖFTE (260 CAL)	GÜVEÇTE SEBZELİ BALIK KAVURMA	
	ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PIRASALI BÖREK	KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	FİRİN MAKARNA	
	RULO MOZAIK PASTA (400 CAL)	DAMLA SAKIZLI LOKUM (400 CAL)	KARAMELLİ TRİLİÇE	İRMİK HELVASI	
ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.TAZE FASÜLYE (154)	Z.Y. AYVALI KEREVİZ	Z.Y.ŞAKŞUKA (200)	Z.Y.PORTAKALLI PIRASA (220)	
	Z.Y. ÇUŞKA BİBER BORANI (134)	Z.Y.BROKOLİ (150)	*ZY EKŞİ ELMALI FASÜLYE PİLAKİ(250)	Z.Y.KARIŞIK MÜCVER (188)	
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	
	KISIR SALATA	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	PANCARLI KUSKUS SALATA	KURU BÖRÜLCE SALATASI	
	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		

İKİNDİ ÖĞÜNÜ					
İKİNDİ	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ	GÜN KURUSU KAYISI - CEVİZ (95 CAL)	SELANIK GEVREĞİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	
ETÜT					
ETÜT	MUZ	SUSAMLİ KANDİL SİMİTİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	PEYNİRLİ PARMAK BÖREK (280 CAL)	ÇATAL KURABIYE