



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

SARDUNYA

	4.03.2019	5.03.2019	6.03.2019	7.03.2019	8.03.2019
KAHVALTI	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ EKMEK (212 CAL)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	ÇATAL KURABIYE (310 CAL)	PATATESLİ PARMAK BÖREK (280 CAL)	BEYAZ PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI SALATALIKLI SANDVIÇ (200 CAL)
	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-1	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)	EV USULÜ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	TARHANA ÇORBA (190 CAL)	GENDİME ÇORBA (190 CAL)
	ETLİ NOHUT (350 CAL)	KEKİKLİ SEBZELİ HİNDİ BUT KAVURMA (KEŞKEK BEĞENDİ İLE) (260 CAL)	SOSYETE MANTISI (455 CAL)	PİZZA ÇEŞİTLERİ	ETLİ BEZELYE (190 CAL)
	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	AYRAN (50 CAL)	SADE PİLAV (350)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-2	EZOĞELİN ÇORBA (200 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	DEREOTLU KABAK ÇORBA (190 CAL)	EYYUBİ ÇORBA (250 CAL)
	ISPANAK GRATEN (260 CAL)	ISLAMA KÖFTE (PATATES PÜRESİ İLE) (300 CAL)	ETLİ TAZE FASULYE (160 CAL)	HACI MAHMUT BEY KEBABI	KIYMALI LAHANA SARMA (250 CAL)
	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	DERDER PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (300 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)
	ÇİKOLATA TOPLARI (350 CAL)	MUHALLEBİLİ PUDİNG (350 CAL)	HAVUÇ PASTA (495 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	KREM KAMEL (200 CAL)
ÖĞLE YEMEK ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.KARIŞIK KIZARTMA(200)	Z.Y.KARNABAHAHAR(124)	Z.Y.ŞAKŞUKA(200)	Z.Y.MÜCVER(188)	Z.Y.BARBUNYA PİLAKİ(250)
	Z.Y.PIRASA(160)	Z.Y. HAVUÇ TAVA(160)	Z.Y.TAZE FASULYE(154)	Z.Y.PAZI KAVURMA(160)	ZY. BROKOLİ
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	PANCARLI KUSKUS SALATA
	KISIR SALATA	MERCİMEK KÖFTE	SEBZELİ NOHUT SALATA	KISIR 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)
	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	YOĞURT (120 CAL)
	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	SADE BARDAK YOĞURT(120)	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (20 CAL)	TAM TAHILLI SUSAMLI KRİK KRAK(236 CAL)	
ETÜT	ACIBADEM KURABIYESİ (297 CAL)	BROWNİ KEK (222 CAL)	KAŞAR PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI SANDVIÇ (285 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	SUCUKLU MİNİ PİZZA (210 CAL)

	11.03.2019	12.03.2019	13.03.2019	14.03.2019	15.03.2019
KAHVALTI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	PATATESLİ GÖZLEME (185 CAL)	KREM PEYNİRLİ GÖBEK SALATALI VE SALATALIK SANDVIÇ (270 CAL)	PEYNİRLİ MİNİ PİZZA (200 CAL)	PEYNİRLİ MAYDANOZLU EKMEK (200 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-1	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)
	FESLEĞEN SOSLU IZGARA KÖFTE (PİYAZ SALATA EŞLİĞİNDE) (300 CAL)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	HİNDİ BURGER (FIIRNLANMIŞ BAHARATLI KÜP PATATES İLE)	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL)	ÇENTİK KÖFTE (300 CAL)
	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	AYRAN (120 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	PEYNİRLİ DENİZ KABUĞU MAKARNA (300 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-2	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)	TARHANA ÇORBA (190 CAL)
	ÇITIR BALIK (PATATES PÜRESİ İLE) (350 CAL)	KARIŞIK DOLMA (230 CAL)	FAJİTA KÖFTE	YEŞİL MERCİMEK (350 CAL)	KIYMALI PAŞA KEBABI
	FIRIN MAKARNA (400 CAL)	PATATESLİ PARMAC BÖREK (280 CAL)	DERDER PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ AVCI BÖREĞİ (350 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)
	KAYISI TANELİ KUP (200 CAL)	TRİLİÇE (495 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)	ÇİKOLATLI İRMİK PASTA (400 CAL)	KIBRIS TATLISI (495 CAL)
ÖĞLE YEMEK ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.AYVALI KEREVİZ(145)	Z.Y.KARNABAHAAR PANE(190)	Z.Y. BARBUNYA(250)	Z.Y.LAHANA SARMA(210)	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE(150)
	Z.Y.ŞAKŞUKA(200)	Z.Y.PIRASA(160)	Z.Y.SOSLU BİBER TAVA(180)	Z.Y.BROKOLİ(150)	Z.Y.SOSLU PATLICAN TAVA(250)
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
	KISIR SALATA	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	PANCARLI KUSKUS SALATA	KURU BÖRÜLCE SALATASI	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 (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)	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK (120 CAL)	GÜN KURUSU KAYISI - CEVİZ	Pİ KURABİYESİ	
ETÜT	PEYNİRLİ PARMAC BÖREK (200 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	SUSAMLI KANDİL SİMİTİ (115 CAL)	GÖBEK SALATA - SALATALIK VE BEYAZ PEYNİRLİ SANDVIÇ (270 CAL)	MEYVELİ BARDAK YOĞURT (150 CAL)

	18.03.2019	19.03.2019	20.03.2019	21.03.2019	22.03.2019
KAHVALTI	KRUVASAN	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ EKMEK (212 CAL)	PATATESLİ PARMAK BÖREK (280 CAL)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	KAŞAR PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI SALATALIKLI SANDVIÇ (200 CAL)
	% 100 PORTAKAL SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-1	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	KEREVİZ ÇORBA (190 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	FRANCOPHONIE GÜNÜ
	İZMİR KÖFTE (260 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	HAMBURGER KÖFTE (FIRIN PATATES İLE) (300 CAL)	SOSYETE MANTISI (450 CAL)	
	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (300 CAL)	AYRAN (120 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	
ÖĞLE YEMEK MENÜ-2	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (160 CAL)	
	SEBZELİ BALIK KAVURMA (350 CAL)	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (260 CAL)	ORMAN KEBABI (350 CAL)	FIRINDA KIYMALI KARNABAHAH GRATEN	
	FIRIN MAKARNA (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	DERDER PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	
	İRMİK HELVASI	TRİLİÇE (495 CAL)	HİNDİSTAN CEVİZİ TOPLARI (400 CAL)	RULO MOZAIK PASTA (400 CAL)	
ÖĞLE YEMEK ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.KUŞ ÜZÜM. LAHANA KAVR.	Z.Y.LAHANA SARMA(210)	Z.Y. SOSLU KABAK TAVA(175)	Z.Y.BROKOLİ(150)	
	Z.Y.KARNABAHAH PANE	Z.Y. ÇUŞKA BİBER BORANI(134)	Z.Y.PIRASA KAVURMA(235)	Z.Y.MÜCVER(188)	
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	
	SEBZELİ NOHUT SALATA	KISIR SALATA	MERCİMEK KÖFTE	PANCARLI KUSKUS 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 (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	
	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT	
İKİNDİ	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (50 CAL)	ACIBADEM KURABİYESİ (297 CAL)	SELANİK GEVREĞİ (120 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	
ETÜT	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK (120 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (20 CAL)	BEYAZ PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI SANDVIÇ(270)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)

	25.03.2019	26.03.2019	27.03.2019	28.03.2019	29.03.2019
KAHVALTI	PEYNİRLİ PARMAK BÖREK (200 CAL)	GÖBEK SALATA - SALATALIK VE KREM PEYNİRLİ SANDVIÇ (270 CAL)	ÇAVDARLI AÇMA (161 CAL)	PEYNİRLİ MAYDANOZLU EKMEK (200 CAL)	PATATESLİ GÖZLEME (185 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-1	DOMATESLİ BULGUR ÇORBA (220 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)
	KIYMALI PATATES OTURTMA (310 CAL)	ISPAKLI KAYIK KÖFTE (300 CAL)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	ET KAVURMA(KÜP PATATES İLE)	ETLİ TAZE BÖRÜLCE (160 CAL)
	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	NOHUTLU ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	AYRAN (120 CAL)	MEYVE (50 CAL)
ÖĞLE YEMEK MENÜ-2	AZERİ ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	YÖRÜK ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)
	ISPAK GRATEN (260 CAL)	HİNDİ ŞİŞ (SEBZELİ PATATES PÜRESİ İLE) (255 CAL)	KIYMALI PAZI SARMA (230 CAL)	HACI MAHMUT BEY KEBABI	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK (350 CAL)
	KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (450 CAL)	ÇİKOLATALI MOZAIK PASTA (495 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)
	İNCİR TANELİ KUP (210 CAL)	FIRIN SÜTLAÇ (270 CAL)	ÇİKOLATALI KUP (200 CAL)	Z.Y.BAMYA(160)	MUHALLEBİLİ PUDİNG (350 CAL)
ÖĞLE YEMEK ORTAK ÜRÜNLER	Z.Y.TAZE FASÜLYE(154)	Z.Y.PORTAKALLI PIRASA(220)	Z.Y.SOSLU KARIŞIK KIZARTMA(250)	Z.Y.YAPRAK SARMA(210)	Z.Y.BARBUNYA PİLAKİ(250)
	Z.Y.ISPAK KAVURMA(157)	Z.Y.MÜCVER(188)	Z.Y.BROKOLİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y.SOSLU BİBER TAVA(180)
	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ	KISIR SALATA	SPECIAL SALATA ÇEŞİTLERİ
	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	MERCİMEK KÖFTE	PANCARLI KUSKUS SALATA	GÖBEK SALATA	SEBZELİ NOHUT SALATA
	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	GÖBEK SALATA	HAVUÇ SALATA	GÖBEK SALATA
	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	HAVUÇ SALATA	KIRMIZI LAHANA	HAVUÇ SALATA
	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	KIRMIZI LAHANA	CACIK (120 CAL)	KIRMIZI LAHANA
	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	YOĞURT (120 CAL)	CACIK (120 CAL)
	YOĞURT (120 CAL)	YOĞURT	YOĞURT (120 CAL)		YOĞURT (120 CAL)
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	BROWNİ KEK (222 CAL)	HAVUÇ VE SALATALIK DİLİMLERİ (50 CAL)	SADE BARDAK YOĞURT (150 CAL)	
ETÜT	SUSAMLI KANDİL SİMİTİ (115 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	GÖBEK SALATA - SALATALIK VE BEYAZ PEYNİRLİ SANDVIÇ (270 CAL)	ÇATAL KURABIYE (310 CAL)	FIRINLANMIŞ BEYAZ PEYNİRLİ EKMEK (200 CAL)