



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI
İLKOKUL / ORTAOKUL BÖLÜMLERİ OCAK AYI
KAHVATI, ÖĞLE YEMEĞİ VE İKİNDİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	3.01.2022	4.01.2022	5.01.2022	6.01.2022	7.01.2022
KAHVATI	MİNİ POĞAÇA (130 CAL)	FIRINLANMIŞ KAPYA BİBERLİ, KAŞAR PEYNİRLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	SANDVIÇ (135 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)	ZEYTİNLİ AÇMA (130 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	TARHANA ÇORBA (220 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	SEBZELİ KIŞ ÇORBASI (190 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)
	KİMYONLU KEREVİZ ÇORBA (190 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)
ANA YEMEKLER	SEBZELİ MİSKET KÖFTE (300 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	PİZZA ÇEŞİTLERİ (400-450 CAL) (FIRINDA ELMA DİLİM PATATES EŞLİĞİNDE)	TEREYAĞLI ÜÇGEN MANTI (450 CAL) (YOĞURT VE DOMESTES SOS EŞLİĞİNDE)	ÇITIR BALIK (350 CAL) (PATATES PÜRESİ EŞLİĞİNDE)
	ORMAN KEBABI (190 CAL)	KIYMALI LAHANA SARMA (230 CAL)	FIRINDA KIYMALI KARNABAHAHAR (260 CAL)	PATLICAN MUSAKKA (300 CAL)	KEKİKLİ HİNDİ BUT TANDIR (255 CAL) (KEŞKEK BĞENDİ EŞLİĞİNDE)
YARDIMCI YEMEKLER	PEYNİRLİ BONCUK MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	FIRINDA AKDENİZ SEBZELERİ (145 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU BURGU MAKARNA (300 CAL)
	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ AVCI BÖREĞİ (400 CAL)		TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	İÇ PİLAV (360 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	LİMONLU MUHALLEBİ (200)	TRİLEÇE (495 CAL)	AŞURE (240 CAL)	SICAK İRMİK HELVASI (495 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. TAZE FASULYE	Z.Y. PIRASA	Z.Y. DEREOTLU KABAK KALYE	Z.Y. İSPANAK KAVURMA	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ
	MERCİMEK KÖFTE	Z.Y. KARNABAHAHAR	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE DİPLE	PANCARLI NOHUT SALATA	Z.Y. BROKOLİ
	YOĞURTLU SEBZE TARATOR	NAR EKŞİLİ KISIR	BABAGANUŞ SALATA	COLESLAW SALATA	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA
	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	ACIBADEM	MEVSİM MEYVE	KRİK KRAK	AY ÇÖREĞİ	

	10.01.2022	11.01.2022	12.01.2022	13.01.2022	14.01.2022
KAHVALLI	PEYNİRLİ KALEM BÖREK (400 CAL)	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI POĞAÇA (130 CAL)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)	PASTANE SİMİTİ (320 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) BEYAZ PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU
ÇORBALAR	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (60 CAL)	QUESADILLA GÜNÜ	KESME AŞI ÇORBA	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	DOMATESLİ BULGUR ÇORBA (220 CAL)
	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)		NANELİ DÖVME ÇORBA (190 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)	AZERİ ÇORBA (250 CAL)
ANA YEMEKLER	ETLİ KURU FASULYE (350 CAL)		ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (260 CAL)	ÇENTİK KÖFTE	ETLİ BEZELYE (190 CAL)
	ETLİ EKŞLİ BAMYA (190 CAL)		BİBER DOLMA (230 CAL)	BALIK IZGARA (SOĞANLI KÜP PATATES VE MEVSİM YEŞİLLİKLERİ İLE)	ISPANAK GRATEN (260 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	SADE PİLAV (350 CAL)		TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ BONCUK MAKARNA (300 CAL)	SADE PİLAV (350 CAL)
	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)		RENKLİ BÖREK (400 CAL)	CUŞKA BİBERLİ BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)		MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	SÜTLÜ CEVİZLİ İRMİKLİ KUP (270 CAL)		CEVİZLİ KABAK TATLISI (350 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. CUŞKA BİBER BORANİ		Z.Y. BARBUNYA	Z.Y. PORTAKALLI PIRASA	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE
	MERCİMEK KÖFTE		Z.Y. PORTAKALLI PIRASA	DEREOTLU YEŞİL MERCİMEK SALATASI	Z.Y.BROKOLİ MÜCVER
	HARDALLI PATLICAN SALATA		NAR EKİŞİ KISIR	HUMUS	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA
	CACIK		KOMPOSTO	KOMPOSTO	CACIK
	MEVSİM SALATA		MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	YOĞURT		YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK	MUZ	TATLI TUZLU KURABİYE	

	17.01.2022	18.01.2022	19.01.2022	20.01.2022	21.01.2022
KAHVALTİ	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	SANDVIÇ (135 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)	MİNİ POĞAÇA (130 CAL)	FIRINLANMIŞ KAPYA BİBERLİ, BEYAZ PEYNİRLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)	ZEYTİNLİ MİNİ PİZZA
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	EKŞİLİ İSPANAK ÇORBA(220 CAL)	SEBZELİ KIŞ ÇORBASI (190 CAL)	
	DEREOTLU KABAK ÇORBA (190 CAL)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)	TERB. HAVUÇLU TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	
ANA YEMEKLER	YOĞURLU PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (400 CAL) (DOMESTES SOS EŞLİĞİNDE)	DEFNE YAPRAKLI KIYMALI PATATES OTURTMA (300 CAL)	HAMBURGER (300 CAL) (FIRINDA PATATES VE DİP SOS EŞLİĞİNDE)	SOSYETE MANTISI (450 CAL) (DOMATES SOS İLE)	
	ARNAVUT USULÜ HİNDİ TAVA (300 CAL)	YEŞİL MERCİMEK (300 CAL)		DOĞRAMA AŞI (300 CAL)	
YARDIMCI YEMEKLER	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	
	FIRIN MAKARNA (400 CAL)	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)		ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	
	DAMLA SAKIZLI LOKUM	HİRA TATLISI (450 CAL)	FIRIN SÜTLAÇ (270 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ	
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ	Z.Y. PIRASA	Z.Y. TAZE FASULYE	Z.Y. DEREOTLU KABAK KALYE	
	MISIRLI BROKOLİ SALATA	PANCARLI NOHUT SALATA	Z.Y. FIRINDA MÜCVER	Z.Y. KEREVİZ	
	MERCİMEK KÖFTE	COLESLAW SALATA	KISIR SALATA	PİYAZ SALATA	
	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	KOMPOSTO	
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE	GİNGER MAN KURABİYE	LİMONLU KEK	KANDİL SİMİTİ	

*** KIRMIZI İLE BELİRTİLEN YEMEKLER 1. VE 2. SINIFLARA SERVİS YAPILACAK OLAN YEMEKLERDİR.

*** 1. VE 2. SINIFLAR İÇİN KAHVALTI ÖĞÜNLERİNDE SADECE SÜT VERİLEMEKTEDİR.