



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI
İLKOKUL / ORTAOKUL BÖLÜMLERİ EKİM 2022
KAHVALTI, ÖĞLE YEMEĞİ VE İKİNDİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	3.10.2022	4.10.2022	5.10.2022	6.10.2022	7.10.2022
KAHVALTI	MİNİ POĞAÇA (130 CAL)	SOKAK SİMİT (320 CAL)	FIRINLANMIŞ KAPYA BİBERLİ, KAŞAR PEYNİRLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)	SANDVİÇ (140 CAL) (BEYAZ PEYNİRLİ, KIVIRCIKLİ VE SALATALIKLI)	PEYNİRLİ KALEM BÖREK (400 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	EV USULÜ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)
	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	YÖRÜK ÇORBA (250 CAL)	ALACA ÇORBA	SOĞAN ÇORBA	TARHANA ÇORBA (190 CAL)
ANA YEMEKLER	SEBZELİ MİSKET KÖFTE (290 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	TAVUK DÖNER (300 CAL) (LAVAŞ, FIRINDA KÜP PATATES VE TURŞU İLE)	TAVUKLU SOSYETE MANTISI (495 CAL) (NANELİ DOMATES SOS İLE)	FESLEĞEN SOSLU IZGARA KÖFTE 300 CAL) (HARDALLI PATATES SALATA İLE)
	BAHÇEVAN KEBABI (190 CAL)	KARIŞIK DOLMA (230 CAL)		ETLİ TAZE FASULYE (190 CAL)	KEKİKLİ HİNDİ BUT TANDIR (255 CAL) (KEŞKEK BEĞENDİ İLE)
YARDIMCI YEMEKLER	BURGU MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	BONCUK MAKARNA (300 CAL)
	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (400 CAL)		SADE PİLAV (350 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	SÜTLÜ CEVİZLİ İRMİK KUP(186)	SÜTLÜ MOZAIK PASTA (200 CAL)	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	TRİLİÇE (495 CAL)	FIRIN SÜTLAÇ (270 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. EKŞİ ELMALI FASULYE PİLAKİ	Z.Y. PIRASA	Z.Y. TAZE FASULYE	Z.Y. KARNABAHAH	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ
	Z.Y. İSPANAK KAVURMA	Z.Y. MÜCVER	Z.Y. SOSLU KARIŞIK KIZARTMA	KURU BÖRÜLCE SALATASI	Z.Y. BROKOLİ
	NAR EKŞİLİ KISIR	PATATES SALATASI	MERCİMEK KÖFTE	HUMUS	PANCARLI NOHUT SALATA
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	ACIBADEM	MEVSİM MEYVE	LİMONLU KEK	MUZ	

	10.10.2022	11.10.2022	12.10.2022	13.10.2022	14.10.2022
KAHVALLI	ZEYTİNLİ AÇMA (130 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)	PASTANE SİMİT (320 CAL)	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI MİNİ POĞAÇA (130 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	EV USULÜ MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (60 CAL)
	TERB.HAV.TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	DEREOTLU KABAK ÇORBA (190 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)
ANA YEMEKLER	KIYMALI PATATES OTURTMA (350 CAL)	HAMBURGER (300 CAL) (FIRINDA KÜP PATATES VE TURŞU İLE)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	AVCI SOSLU PİLİÇ BİFTEK (320 CAL) (SÜTLÜ PATATES PÜRESİ İLE)	ETLİ BEZELYE (190 CAL)
	TAVUKLU İSPANAK OGRATEN (260 CAL)		ETLİ YAPRAK SARMA (190 CAL)	HACİMAHMUT BEY KEBABI	PATLICAN MUSAKKA (300 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	NOHUTLU PİLAV (350 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ DENİZ KABUĞU MAKARNA (300 CAL)	SADE PİLAV (350 CAL)
	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)		PIRASALI TEPŞİ BÖREĞİ (450 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	AŞURE	HAVUÇ RÜYASI	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ (200 CAL)	SICAK İRMİK HELVASI
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. SOSLU KARIŞIK KIZARTMA	Z.Y. KARNABAHAHAR PANE	Z.Y. BROKOLİ	Z.Y. PIRASA	Z.Y. SOSLU BİBER TAVA
	Z.Y. TAZE FASULYE DİPLE	Z.Y. BAMYA	Z.Y. ÜZÜMLÜ LAHANA KAVURMA	Z.Y. YAPRAK SARMA	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE
	NAR EKŞİLİ KISIR	MERCİMEK KÖFTE	CACIK	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	NAR EKŞİLİ KISIR
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO
	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	TATLI & TUZLU KURABİYE	MEVSİM MEYVE	KANDİL SİMİTİ	MEVSİM MEYVE	

	17.10.2022	18.10.2022	19.10.2022	20.10.2022	21.10.2022
KAHVALLI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) (BEYAZ PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ,KAPYA BİBERLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ SANDVIÇ	ZEYTİNLİ MİNİ PIZZA (130 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	İTALYAN GÜNÜ	TARHANA ÇORBA (190 CAL)	EV USULÜ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)
	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	YÖRÜK ÇORBA (250 CAL)		BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	EKŞİLİ İSPANAK ÇORBA (190 CAL)
ANA YEMEKLER	YOĞURTLU PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (300 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)		YEŞİL MERCİMEK (300 CAL)	PANELİ ÇITIR PİLİÇ DİLİMLERİ (HARDALLI PATATES SALATA İLE)
	SEBZELİ TAVUK HAŞLAMA	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (300 CAL)		ETLİ TAZE FASÜLYE (160 CAL)	
YARDIMCI YEMEKLER	BURGU MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)		ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	PESTO SOSLU PENNE MAKARNA (300 CAL)
	DERDER PİLAVI (350 CAL)	KUSKUS MAKARNA (300 CAL)		ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)		MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KEKLİ KREM KARAMEL(200 CAL)	SAHLEPLİ MUHALLEBİ (200 CAL)		SÜTLÜ PADİŞAH LOKUMU	KIBRIS TATLISI (495 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE	Z.Y. YAPRAK SARMA		Z.Y. KARIŞIK MÜCVER	Z.Y. KARNABAHAHAR
	Z.Y İSPANAK SOTE	Z.Y. ÜZÜMLÜ LAHANA KAVURMA		Z.Y. BROKOLİ	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ
	HARDALLI PATATES SALATA	NAR EKŞİLİ KISIR		HUMUS	MERCİMEK KÖFTE
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA		MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	CACIK		CACIK	KOMPOSTO
	YOĞURT	YOĞURT		YOĞURT	AYRAN
İKİNDİ	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK	MEVSİM MEYVE	GİNGERMAN KURABIYE	MEVSİM MEYVE	

	24.10.2022	25.10.2022	26.10.2022	27.10.2022	28.10.2022
KAHVALLI	PASTANE SİMİT (320 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)	ZEYTİNLİ AÇMA (130 CAL)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI MİNİ POĞAÇA (130 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	EZOGELİN ÇORBA (250 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)	ARPA ŞEHİRYE ÇORBA (220 CAL)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)
	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	EYYUBİ ÇORBA (250 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	MAHLUTA ÇORBA (250 CAL)
ANA YEMEKLER	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL) (NANELİ DOMATES SOS İLE)	ET DÖNER (300 CAL) (FIRINDA KÜP PATATES İLE)	KIYMALI İSPANAK (160 CAL)	SOSLU PİLİÇ İNCİK KIZARTMA (300 CAL)	ETLİ KURU FASULYE (350 CAL)
	ETLİ EKŞİLİ BAMYA (190 CAL)		KARNİYARIK (300 CAL)	ROSTO KÖFTE (290 CAL)	BİBER DOLMA (230 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	SEBZE SOTE (145 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	PEYNİRLİ DÜDÜK MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	DERDER PİLAVI (350 CAL)		NOHUTLU PİLAV (350 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (300 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	MUHALLEBİLİ KEMALPAŞA KUP (300 CAL)	KADAYIF TOPLARI	TARÇINLI SÜTLAÇ (270 CAL)	TRİLİÇE (495 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. ŞAKŞUKA	Z.Y. MÜCVER	Z.Y. TAZE FASULYE	Z.Y. İSPANAK KAVURMA	Z.Y. BRIKOLİ
	Z.Y. ÜZÜMLÜ LAHANA KAVURMA	Z.Y. PIRASA	Z.Y. DEREOTLU KABAK KALYE	Z.Y. LAHANA SARMA	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE DİPLE
	PANCARLI KISIR	MERCİMEK KÖFTE	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	HUMUS	PATATES SALATASI
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO
	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	SUSAMLI KRİK KRAK	MEVSİM MEYVE	AY ÇÖREĞİ	MEVSİM MEYVE	

	31.10.2022	1.11.2022	2.11.2022	3.11.2022	4.11.2022
KAHVATI	ZEYTİNLİ MİNİ PİZZA (130 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ SANDVİÇ	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	PATATESLİ KALEM BÖREK (400 CAL)	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ,KAPYA BİBERLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	TARHANA ÇORBA (220 CAL)	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (60 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)
	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	YÖRÜK ÇORBA (250 CAL)	EV USULÜ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)
ANA YEMEKLER	İZMİR KÖFTE (260 CAL)	DEFNE YAPRAKLI KIYMALI PATATES OTURTMA (300 CAL)	KÖRİ SOSLU PİLİÇ KAVURMA (300 CAL) (HAVUÇ BEĞENDİ İLE)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	ÇENTİK KÖFTE (DOMATES SOS VE YOĞURT İLE)
	HİNDİ BUT KAVURMA (300 CAL)	KIYMALI LAHANA SARMA (230 CAL)	KÜTAHYA KÖFTE (260 CAL)	ETLİ KİLİS TAVA (300 CAL)	
YARDIMCI YEMEKLER	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	DENİZ KABUĞU MAKARNA (300 CAL)
	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (450 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	SÜTLÜ CEVİZLİ İRMİK KUP(186)	VIŞNELİ VANİLYALI KUP (200 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ (200 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	SÜTLÜ SARAY SARMA
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. SOSLU KARIŞIK KIZARTMA	Z.Y. BROKOLİ	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ	Z.Y. KARNABAHAHAR TAVA	Z.Y. ŞAKŞUKA
	Z.Y. EKŞİ ELMALI FASULYE PİLAKİ	Z.Y. HAVUÇ VIŞİ	Z.Y. BİBER TAVA	Z.Y. PIRASA KAVURMA	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE DİPLE
	PANCARLI NOHUT SALATA	MERCİMEK KÖFTE	NAR EKŞİLİ KISIR	YOĞURTLU KEREVİZ SALATA	HUMUS
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE	ELMALI KURABİYE	MEVSİM MEYVE	ÇATAL	

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

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