



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI  
İLKOKUL / ORTAOKUL BÖLÜMLERİ MART 2023  
KAHVAlTI, ÖĞLE YEMEĞİ VE İKİNDİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	6.03.2023	7.03.2023	8.03.2023	9.03.2023	10.03.2023
KAHVAlTI	Minİ POĞAÇA (130 CAL)	SANDVİÇ (140 CAL) (BEYAZ PEYNİRLİ, KIVIRCIKLİ VE SALATALIKLI)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	PEYNİRLİ KALEM BÖREK (400 CAL)	FİRİNLANMIŞ KAPYA BİBERLİ, KAŞAR PEYNİRLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	TERB.HAVUÇLU TEL ŞEHR.ÇORBA (250 CAL)
	NANELİ YOĞURT ÇORBA (220 CAL)	DOMATESLİ BULGUR ÇORBA (220 CAL)	ANADOLU ÇORBA	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (60 CAL)	TARHANA ÇORBA (190 CAL)
ANA YEMEKLER	IZGARA KÖFTE (280 CAL) (HAVUÇ BEĞENDİ İLE)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	PİZZA ÇEŞİTLERİ ( 400-450 CAL) (KÜP PATATES İLE)	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	FİRİNDA PİLİÇ BİFTEK
	ORMAN KEBABİ (190 CAL)	KARNİYARİK (300 CAL)	KIYMALI KARNABAHAHAR (190 CAL)	KIYMALI LAHANA SARMA (230 CAL)	DOMATES SOSLU TAZE BÖRÜLCE (190 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	BURGU MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	BONCUK MAKARNA (300 CAL)
	YEŞİL SOĞANLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (450 CAL)	DERDER PİLAVI (350 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KEŞKÜL(200)	HAVUÇLU MOZAIK PASTA	FİRİN SÜTLAÇ (370 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	MUHALLEBİLİ KEMALPAŞA KUP (230 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y BROKOLİ (150 CAL)	Z.Y.KARNABAHAHAR (190 CAL)	Z.Y.BARBUNYA (250 CAL)	Z.Y.KARIŞIK MÜCVER (188 CAL)	Z.Y EKŞİ ELMALI FASÜLYE PİLAKİ (250 CAL)
	Z.Y.TAZE FASULYE (154 CAL)	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	COLESLAW SALATA	Z.Y.PIRASA (220 CAL)	YOĞURTLU KEREVİZ SALATA
	NAR EKŞİLİ KISIR	PATATES SALATASI	MERCİMEK KÖFTE	HUMUS	PANCARLI KISIR
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	ACIBADEM (140 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	LİMONLU KEK (200 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	

	13.03.2023	14.03.2023	15.03.2023	16.03.2023	17.03.2023
KAHALTI	ZEYTİNLİ MİNİ PİZZA (130 CAL)	SANDVİÇ (140 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI MİNİ POĞAÇA (130 CAL)	PASTANE SİMİT (320 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	ŞEFTALİ SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (190 CAL)
	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	EV USULÜ TEL ŞEHİRYE ÇORBA (220 CAL)	YÖRÜK ÇORBA (250 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)
ANA YEMEKLER	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL)	İZMİR KÖFTE (260 CAL)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	PANELİ ÇİTİR PİLİÇ DİLİMLERİ (300 CAL) (HAVUÇ BEĞENDİ İLE)	KIYMALI PATATES OTURTMA (320 CAL)
	BAMYA (190 CAL)	ARNAVUT USULÜ HİNDİ KAVURMA (300 CAL)	ISPANAK OGRATEN (190 CAL)		DOĞRAMA AŞI (190 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	SEBZE SOTE (145 CAL)	DÜDÜK MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	SALÇALI MAKARNA (300 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)
	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	İÇ PİLAV (350 CAL)	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)		TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	SÜTLÜ CEVİZLİ İRMİKLİ KUP (230 CAL)	AŞURE (240 CAL)	TRİLİÇE (495 CAL)	SAHLEPLİ MUHALLEBİ (200 CAL)	KIBRIS TATLISI (495 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y.PORTAKALLI PIRASA (210 CAL)	Z.Y. MÜCVER (200 CAL)	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE (150 CAL)	Z.Y.KARNABAĞAR PANE (190 CAL)	Z.Y.BARBUNYA PİLAKİ (250 CAL)
	Z.Y.ISPANAK KAVURMA (157 CAL)	Z.Y.HAVUÇ VİŞİ (160 CAL)	Z.Y.SOSLU PATLICAN TAVA (200 CAL)	Z.Y.BROKOLİ (150 CAL)	Z.Y.SOSLU BİBER BORANI (190 CAL)
	NAR EKŞİLİ KISIR	MERCİMEK KÖFTE	KARIŞIK TURŞU	HUMUS	PANCARLI KISIR
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO (130 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	Pİ KURABİYESİ (130 CAL)	KANDİL SİMİT (130 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	

	20.03.2023	21.03.2023	22.03.2023	23.03.2023	24.03.2023
KAHVALLI	KRUVASAN	SANDVİÇ (140 CAL) (BEYAZ PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ SANDVİÇ (140 CAL)	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ, KAPYA BİBERLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)
	% 100 PORTAKAL SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	VIŞNE SUYU
ÇORBALAR	AZERİ ÇORBA (220 CAL)	TERB.HAV.TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	TARHANA ÇORBA (190 CAL)	FRANCOPHANİE GÜNÜ
	KIMYONLU KEREVİZ ÇORBA (190 CAL)	DOMATESLİ BULGUR ÇORBA (220 CAL)	DEREOTLU KABAK ÇORBA (190 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)	
ANA YEMEKLER	TAVUK DÖNER (280 CAL) (KÜP PATATES İLE)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	HAMBURGER (300 CAL) (KÜP PATATES, GÖBEK SALATA VE TURŞU İLE)	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK (350 CAL)	
		DOMATES SOSLU TAZE FASULYE (190 CAL)		PATLICAN MUSAKKA (300 CAL)	
YARDIMCI YEMEKLER	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ARABİATA SOSLU BURGU MAKARNA (300 CAL)	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	
		ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)		TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	
	MEYVELİ TART	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	KEKLİ SAKIZLI MUHALLEBİ (200 CAL)	GÜLLAÇ	
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE DİBLE (200 CAL)	Z.Y. İSPANAK KAVURMA (157 CAL)	Z.Y. TAZE FASULYE (154 CAL)	Z.Y. MÜCVER (200 CAL)	
	Z.Y EKŞİ ELMALI FASÜLYE PİLAKİ (150 CAL)	Z.Y. BROKOLİ (150 CAL)	MERCİMEK KÖFTE	İSPANAK BEĞENDİ	
	HAVUÇ TARATOR	KARIŞIK TURŞU	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	NAR EKŞİLİ KISIR	
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	KOMPOSTO	
	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	MEVSİM SALATA	
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	
İKİNDİ	SUSAMLİ KRİK KRAK (130 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK (200 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	

	27.03.2023	28.03.2023	29.03.2023	30.03.2023	31.03.2023
KAHVATI	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI MİNİ POĞAÇA (130 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)	PASTANE SİMİT (320 CAL)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)	PATATESLİ KALEM BÖREK (400 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	KARIŞIK MEYVE SUYU
ÇORBALAR	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	EV USL.MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)
	NANELİ YOĞURT ÇORBA (220 CAL)	YÖRÜK ÇORBA (250 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (190 CAL)
ANA YEMEKLER	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	İNEGÖL KÖFTE (300 CAL) (KÜP PATATES VE PİYAZ İLE)	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL)	YOĞURLU PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (300 CAL)	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (260 CAL)
	KIYMALI KARNABAHAAR GRATEN (190 CAL)	SEBZELİ BALIK KAVURMA (350 CAL)	ETLİ TAZE FASULYE (190 CAL)	HİNDİ TANDIR (300 CAL) (KEŞKEK BEĞENDİ İLE)	BİBER DOLMA (230 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	BURGU MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	BURGU MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)		NOHUTLU PİLAV (350 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ AVCI BÖREĞİ (400 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	GÜLLAÇ	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ (200 CAL)	AŞURE (370 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	PORTAKALLI MUHALLEBİ (230 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. HAVUÇ VİŞİ (160 CAL)	Z.Y.ŞAKŞUKA (200 CAL)	Z.Y.KARIŞIK MÜCVER (200 CAL)	Z.Y BRÜKSEL (150 CAL)	Z.Y.BARBUNYA PİLAKİ (250 CAL)
	Z.Y BROKOLİ (150 CAL)	YEŞİL MERCİMEK SALATASI	COLESLAW SALATA	NAR EKŞİLİ KISIR	Z.Y KARNABAHAAR (190 CAL)
	PANCARLI KISIR	PATATES SALATASI	MERCİMEK KÖFTE	KARIŞIK TURŞU	HAVUÇ TARATOR
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO (130 CAL)	CACIK (120 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)	KOMPOSTO (130 CAL)
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	EV YAPIMI AYRAN	YOĞURT
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	AY ÇÖREĞİ (140 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	GİNGERMAN KURABIYE (130 CAL)	
<p>*** KIRMIZI İLE BELİRTİLEN YEMEKLER 1. VE 2. SINIFLARA SERVİS YAPILACAK OLAN YEMEKLERDİR.</p> <p>*** 1. VE 2. SINIFLAR İÇİN KAHVALTI ÖĞÜNLERİNDE SADECE SÜT VERİLEMEKTEDİR.</p>					