



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI
LİSE BÖLÜMÜ KASIM 2023
KAHALTI, ÖĞLE YEMEĞİ VE İKİNDİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	6.11.2023	7.11.2023	8.11.2023	9.11.2023	10.11.2023
KAHALTI	SOKAK SİMİT (130 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, KIVIRCIKLILIK VE SALATALIKLI)	PATATESLİ KALEM BÖREK (400 CAL)	POĞAÇA (130 CAL)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)
	SÜT (120 CAL)	KARIŞIK MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
PRATİK MENÜ	FESLEĞEN SOSLU IZGARA KÖFTE (260 CAL)	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (220 CAL)	SEBZELİ PİLİÇ KAVURMA (300 CAL) (HAVUÇ BEĞENDİ İLE)	KIYMALI PATATES OTURTMA (300 CAL)	GEMİCİ USULÜ KURU FASÜLYE (350 CAL)
	SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ DÜDÜK MAKARNA (300 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PİRİNÇ PİLAVI (350 CAL)
	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	YOĞURT	AYRAN	MEVSİM SALATA	CACIK
					ATATÜRK'ÜN SEVDİĞİ YEMEKLER
ÇORBALAR	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	SÜLEYMANIYE ÇORBA (250 CAL)	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)
	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (220 CAL)	DOMATESLİ BULGUR ÇORBA (220 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (220 CAL)
ANA YEMEKLER	FESLEĞEN SOSLU IZGARA KÖFTE (260 CAL)	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (220 CAL)	SEBZELİ PİLİÇ KAVURMA (300 CAL) (HAVUÇ BEĞENDİ İLE)	KIYMALI PATATES OTURTMA (300 CAL)	GEMİCİ USULÜ KURU FASÜLYE (350 CAL)
	ORMAN KEBABI (190 CAL)	KIYMALI İSPANAK ÖGRATEN(190 CAL)	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	BİBER DOLMA (230 CAL)	KARNİYARİK (300 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ DÜDÜK MAKARNA (300 CAL)	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PİRİNÇ PİLAVI (350 CAL)
	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)		PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (400 CAL)	
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	MUHALLEBİLİ KEMAL PAŞA KUP (200 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)	FIRIN SÜTLAÇ (270 CAL)	SICAK İRMİK HELVASI (495 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y DEREOTLU KABAK KALYE (180 CAL)	Z.Y. PIRASA (210 CAL)	Z.Y TAZE FASÜLYE (154 CAL)	Z.Y. BROKOLİ (150 CAL)	Z.Y BAMYA (250 CAL)
	Z.Y. KARNABAHAH PANE (190 CAL)	Z.Y. MÜCVER (188 CAL)	Z.Y ŞAKŞUKA (200 CAL)	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	FAVA
	PANCARLI NOHUT SALATA	NAR EKŞİLİ KISIR	MERCİMEK KÖFTE	YOĞURTLU KEREVİZ SALATA	PATATES SALATASI
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	CACIK	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	CACIK
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	PORTAKALLI KEK (200 CAL)	ÇATAL (130 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	ELMALI KURABİYE (130 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)
	13.11.2023	14.11.2023	15.11.2023	16.11.2023	17.11.2023
	ARA TATİL				

	20.11.2023	21.11.2023	22.11.2023	23.11.2023	24.11.2023
KAHVALTI	SANDVIÇ (140 CAL) (BEYAZ PEYNİRLİ, KIVIRCIKLILIK VE SALATALIKLI)	PASTANE SİMİT (200 CAL)	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ EKMEK (140 CAL)	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI POĞAÇA (140 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ SANDVIÇ (140 CAL)
	SÜT (120 CAL)	VIŞNE SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
PRAKİK MENÜ	ETLİ LAHANA SARMA (230 CAL)	PANELİ ÇİTİR PİLİÇ DİLİMLERİ (HAVUÇ BEĞENDİ İLE)	TEREYAĞLI EL MANTISI (450 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	TAS KEBABI (PATATES PÜRESİ İLE)
	PEYNİRLİ GÜL BÖREK (400 CAL)	PESTO SOSLU PENNE MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	SADE PİLAV (350 CAL)	NOHUTLU ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	AŞURE (240 CAL)	AYRAN	FIRIN SÜTLAÇ (270 CAL)	YOĞURT	TRİLİÇE (495 CAL)
ÇORBALAR	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	TAVUK SUYU ÇORBA	DOMATESLİ BULGUR ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)
	NANELİ YOĞURT ÇORBA (220 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	TERB HAVUÇLU TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	DEREOTLU KABAK ÇORBA (190 CAL)
ANA YEMEKLER	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK (300 CAL)	PANELİ ÇİTİR PİLİÇ DİLİMLERİ (HAVUÇ BEĞENDİ İLE)	TEREYAĞLI EL MANTISI (450 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	TAS KEBABI (PATATES PÜRESİ İLE)
	ETLİ LAHANA SARMA (230 CAL)	ETLİ TAZE FASÜLYE (190 CAL)	KIYMALI KARNABAHAH (190 CAL)	KİLİS TAVA (190 CAL)	
YARDIMCI YEMEKLER	SALÇALI DENİZ KABUĞU MAKARNA (300 CAL)	PESTO SOSLU PENNE MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	SADE PİLAV (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	PEYNİRLİ GÜL BÖREK (400 CAL)		ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	AŞURE (240 CAL)	SAHLEPLİ MUHALLEBİ (200 CAL)	FIRIN SÜTLAÇ (270 CAL)	ÇİTİR KADAYIF KUP (220 CAL)	TRİLİÇE (495 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ (250 CAL)	Z.Y. MÜCVER (188 CAL)	Z.Y. SOSLU PATLİCAN TAVA (190 CAL)	Z.Y. BROKOLİ (150 CAL)	Z.Y. TAZE FASÜLYE (154 CAL)
	Z.Y. SOSLU BİBER TAVA (190 CAL)	Z.Y. PIRASA (210 CAL)	Z.Y. İSPANAK KAVURMA	YOĞURLU MAKARNA SALATASI	Z.Y. KARNABAHAH PANE (190 CAL)
	NAR EKŞİLİ KISIR	KURU BÖRÜLCE SALATASI	NAR EKŞİLİ KISIR	MERCİMEK KÖFTE	HUMUS
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO
	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	GİNGERMAN KURABİYE (140 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	ACIBADEM (140 CAL)	MUZ	TATLI & TUZLU KURABİYE (130 CAL)

	27.11.2023	28.11.2023	29.11.2023	30.11.2023	1.12.2023
KAHVALTI	PATATESLİ KALEM BÖREK (400 CAL)	SOKAK SİMİT (320 CAL)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)	ZEYTİNLİ MİNİ PIZZA (130 CAL)	SANDVİÇ (140 CAL) (BEYAZ PEYNİRLİ, KIVIRCIKLİ VE SALATALIKLI)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
PRATİK MENÜ	PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (300 CAL) (NANELİ DOMATES SOS)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	HAMBURGER (300 CAL) (KÜP PATATES,KARAMELİZE SOĞAN VE DİP SOS İLE)	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	TAVUK DÖNER (280 CAL) (KÜP PATATES İLE)
	BONCUK MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PESTO SOSLU BURGU MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	NOHUTLU PİLAV (350 CAL)
	MEVSİM SALATA	YOĞURT	AYRAN	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	AYRAN
ÇORBALAR	EV USULÜ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (220 CAL)
	NANELİ YOĞURT ÇORBA (220 CAL)	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (220 CAL)	EYYÜBİ ÇORBA (220 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)
ANA YEMEKLER	PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (300 CAL) (NANELİ DOMATES SOS)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	HAMBURGER (300 CAL) (KÜP PATATES,KARAMELİZE SOĞAN VE DİP SOS İLE)	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	TAVUK DÖNER (280 CAL) (KÜP PATATES İLE)
	SEBZELİ HİNDİ BUT KAVURMA (300 CAL) (KEŞKEK BEĞENDİ İLE)	KIYMALI PATATES OTURTMA (300 CAL)		KARIŞIK DOLMA (230 CAL)	
YARDIMCI YEMEKLER	BONCUK MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PESTO SOSLU BURGU MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	NOHUTLU PİLAV (350 CAL)
	İÇ PİLAV (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)		PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (400 CAL)	
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	SÜTLÜ CEVİZLİ İRMİK KUP (190 CAL)	CEVİZLİ KABAK TATLISI (350 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ (200 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	KEKLİ SAKIZLI MUHALLEBİ (200 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. EKŞİ ELMALI FASÜLYE PİLAKİ (250 CAL)	Z.Y. ŞAKŞUKA (200 CAL)	Z.Y. TAZE FASÜLYE DİBLE (154 CAL)	Z.Y. MÜCVER (188 CAL)	Z.Y. SOSLU KARIŞIK KIZARTMA (200 CAL)
	Z.Y. SOSLU BİBER TAVA (190 CAL)	ISPANAK BEĞENDİ	Z.Y. BROKOLİ (150 CAL)	Z.Y. PORTAKALLI PIRASA (210 CAL)	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ (250 CAL)
	NAR EKŞİLİ KISIR	HUMUS	MERCİMEK KÖFTE	NAR EKŞİLİ KISIR	YEŞİL MERCİMEK SALATA
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	KOMPOSTO	CACIK
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	AYRAN
İKİNDİ	TARÇINLI HAVUÇLU KEK (200 CAL)	AY ÇÖREĞİ (130 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	KRİK KRAK (130 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)

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

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