



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI  
İLKOKUL / ORTAOKUL BÖLÜMLERİ KASIM AYI  
KAHVALTI, ÖĞLE YEMEĞİ VE İKİNDİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	2.11.2020	3.11.2020	4.11.2020	5.11.2020	6.11.2020
KAHVALTI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	PATATESLİ/PEYNİRLİ GÖZLEME	TAM BUĞDAYLI ZEYTİNLİ MİNİ PIZZA	SANDVIÇ (135 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI POĞAÇA (130 CAL)
	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	KIŞ ÇORBASI	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (60 CAL)	TARHANA ÇORBA (220 CAL)	SÜLEYMANIYE ÇORBA (250 CAL)
	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	TANELİ SEBZE ÇORBA (190 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	TARHANA ÇORBA (220 CAL)
ANA YEMEKLER	İNĞÖL KÖFTE (300 CAL) (PIYAZ SALATA İLE)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	HÜNKAR BEĞENDİ	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (190 CAL)	IZGARA KÖFTE (300 CAL) (PATATES PÜRESİ İLE)
	ARNAVUT USULÜ HİNDİ TAVA (300 CAL)	KIYMALI İSPANAK GRATEN (300 CAL)	SAHAN KÖFTE (260 CAL)	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK (350 CAL)	SEBZELİ BALIK KAVURMA (300 CAL) (ROKA SALATA İLE)
YARDIMCI YEMEKLER	NAPOLİTEN SOSLU SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	SADE PİLAV (350 CAL)	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI (350 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ BONCUK MAKARNA (300 CAL)
	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	PEYNİRLİ PARMAK BÖREK (450 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	İNCİR TANELİ KUP (210 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ	İRMİK HELVASI (495 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	KABAK KUP (200 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. SOSLU KARIŞIK KIZARTMA	KISIR SALATA	PANÇARLI NOHUT SALATA	Z.Y. PORTAKALLI PIRASA	Z.Y. ŞAKŞUKA
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	ACIABDEM	MEYVELİ YOĞURT	SUSAMLI KRİK KRAK	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	

	9.11.2020	10.11.2020	11.11.2020	12.11.2020	13.11.2020
KAHVALTI	MİNİ POĞAÇA	FIRINLANMIŞ KAPYA BİBERLİ, KAŞAR PEYNİRLİ EKMEK	SANDVIÇ (140 CAL) BEYAZ PEYNİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	PEYNİRLİ ÇITIR BÖREK
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA(220 CAL)	DOMATES ÇORBA(190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	TARHANA ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)
	KİMYONLU KEREVİZ ÇORBA(190 CAL)	YÖRÜK ÇORBA(250 CAL)	EKŞİLİ İSPANAK ÇORBA	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	TERB.HAV. TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)
ANA YEMEKLER	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	HAMBURGER (300 CAL) (FIRIN PATATES, DOMATES VE GÖBEK SALATA İLE)	ETLİ NOHUT (300 CAL)	KAŞARLI KÖFTE (300 CAL) (PIYAZ SALATA İLE)	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL) (DOMATES SOS İLE)
	PATLICAN MUSAKKA (300 CAL)	KEKİKLİ HİNDİ BUT TANDIR (255 CAL) (KEŞKEK BEĞENDİ İLE)	KARIŞIK DOLMA (230 CAL)	FIRINDA MISIR UNLU MEZGİT (350 CAL) (BAHAR SEBZELERİ İLE)	ETLİ TAZE FASÜLYE (190 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	SADE PİLAV (350 CAL)	AYRAN (120 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	NAPOLİTEN SOSLU BURGURU MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)
	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (495 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	SADE PİLAV (350 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	CEVİZLİ KABAK TATLISI(350)	KESTANE TOPLARI (350 CAL)	İRMİK HELVASI	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. DEREOTLU KABAK KALYE	MERCİMEK KÖFTE	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	Z.Y. KARNABAHAH TAVA	Z.Y. MÜCVER
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	HAVUÇ VE KABAK DİLİMLERİ (50 CAL)	SUSAMLI KANDİL SİMİTİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	CEVİZ İÇİ - KURU KAYISI	
	16.11.2020	17.11.2020	18.11.2020	19.11.2020	20.11.2020
	ARA TATİL				

	23.11.2020	24.11.2020	25.11.2020	26.11.2020	27.11.2020
KAHVALTI	ZEYTİNLİ MİNİ PIZZA	MAYDANOZLU PEYİRLİ EV YAPIMI POĞAÇA (130 CAL)	PATATESLİ/PEYİRLİ GÖZLEME	SANDVIÇ (140 CAL) KAŞAR PEYİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)
	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	EV USULÜ MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	TARHANA ÇORBA (190 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)
	KREMLİ KIŞ ÇORBASI	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	YÖRÜK ÇORBA (210 CAL)	NANELİ DÖVME ÇORBA (250 CAL)	TERB. HAVUÇLU TEL ŞEHRİYE ÇORBASI
ANA YEMEKLER	SUCUKLU KAŞARLI PİDE	ETLİ KURU FASULYE (350 CAL)	YOĞURTLU PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (400 CAL)	DEFNE YAPRAKLI KIYMALI PATATES OTURTMA (300 CAL)	FIRINDA ÇİTİR BALIK (FIRINLANMIŞ KÜP PATATES İLE)
	HACI MAHMUT BEY KEBABİ	KARNİYARİK (300 CAL)	SEBZELİ HİNDİ GRATEN (350 CAL)	LAHANA SARMA (230 CAL)	ŞEFİN KÖFTE (260 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	AYRAN (120 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	BULGUR PİLAVI (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	SOSLU FİYONK MAKARNA (300 CAL)
	DERDER PİLAVI (350 CAL)	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	RENKLİ BÖREK (450 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KEKİLİ SAKIZLI MUHALLEBİ (250 CAL)	LİMONLU LOR TATLISI (300 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ	KAYISI TANELİ KUP (210 CAL)	İRMİL HELVASI (495 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. EKŞİ ELMALI FASULYE PİLAKİ	KISIR SALATA	Z.Y. SOSLU KABAK TAVA	PANCARLI NOHUT SALATA	ÇÖREKOTLU PEYİRLİ ROKA SALATA
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	MUZ	PEYİRLİ KRİK KRAK	HAVUÇ VE KABAK DİLİMLERİ (50 CAL)	PORTAKAL RENDELİ KURABIYE	
	30.11.2020	1.12.2020	2.12.2020	3.12.2020	4.12.2020
KAHVALTI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	SANDVIÇ (135 CAL) (BEYAZ PEYİRLİ, GÖBEK SALATALI, SALATALIKLI)	MİNİ POĞAÇA	PEYİRLİ ÇİTİR BÖREK	FIRINLANMIŞ KAPYA BİBERLİ, KAŞAR PEYİRLİ DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	KIŞ ÇORBASI	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)
	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	DÜĞÜNCÜK ÇORBA (60 CAL)	KİMYONLU KEREVİZ ÇORBA (190 CAL)	TARHANA ÇORBA (220 CAL)	TERB.HAV. TEL ŞEHRİYE ÇORBA(220)
ANA YEMEKLER	ETLİ NOHUT (350 CAL)	İZMİR KÖFTE (230 CAL)	SOSYETE MANTISI (495 CAL)	PIZZA ÇEŞİTLERİ (DİP SOS VE FIRIN PATATES İLE)	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (190 CAL)
	KIYMALI İSPANAK (220 CAL)	ORMAN KEBABİ (190 CAL)	ETLİ KİLİS TAVA (300 CAL)	HASANPAŞA KÖFTE (260 CAL)	BİBER DOLMA (230 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	AYRAN (120 CAL)	NOHUTLU PİLAV (350 CAL)
	SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)	SADE PİLAV (350 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	PIRASALI TEPŞİ BÖREĞİ
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	SÜTLÜ CEVİZLİ İRMİK KUP (400 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)	FIRIN SÜTLAÇ (270 CAL)	ÇİLLİ PRENSES (250 CAL)	KABAK KUP (200 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. SOSLU KABAK TAVA	BABAGANUŞ SALATA	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	Z.Y. YER ELMASI
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	ÇATAL	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK	HAVUÇ VE KABAK DİLİMLERİ (50 CAL)	

\*\*\* KIRMIZI İLE BELİRTİLEN YEMEKLER 1. VE 2. SINIFLAR İÇİN MASALARA DAĞITIMI YAPILACAK OLAN YEMEKLERDİR.