



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI
İLKOKUL / ORTAOKUL BÖLÜMLERİ ŞUBAT 2023
KAHVALTI, ÖĞLE YEMEĞİ VE İKİNDİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	6.02.2023	7.02.2023	8.02.2023	9.02.2023	10.02.2023
KAHVALTI	MİNİ POĞAÇA (130 CAL)	SOKAK SİMİT (320 CAL)	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ, KAPYA BİBERLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)	PEYNİRLİ KALEM BÖREK (400 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) (BEYAZ PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	% 100 ELMA SUYU	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EV USL TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)
	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)	SÜLEYMANIYE ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)
ANA YEMEKLER	SEBZELİ MİSKET KÖFTE (290 CAL) (HAVUÇ BEĞENDİ İLE)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	TAVUK DÖNER (300 CAL) (LAVAŞ, FIRINDA KÜP PATATES VE TURŞU İLE)	SOSYETE MANTISI (495 CAL) (NANELİ DOMATES SOS İLE)	İZMİR KÖFTE (260 CAL)
	BAHÇEVAN KEBABI (190 CAL)	KARIŞIK DOLMA (230 CAL)		KARNİYARIK (300 CAL)	KIYMALI KARNABAHAHAR (190 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	NAPOLİTEN SOSLU BURGU MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	PEYNİRLİ BONCUK MAKARNA (300 CAL)
	DERDER 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)
	KEŞKÜL (230 CAL)	SÜTLÜ CEVİZLİ İRMİK KUP (230 CAL)	PORTAKALLI MUHALLEBİ (230 CAL)	FIRIN SÜTLAÇ (270 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y.TAZE FASULYE DİBLE (250 CAL)	Z.Y.LAHANA KAVURMA (188 CAL)	Z.Y.MÜCVER (188 CAL)	Z.Y.PIRASA (210 CAL)	Z.Y. BROKOLİ (190 CAL)
	PANCARLI KISIR	Z.Y. KARNABAHAHAR (190 CAL)	Z.Y. BARBUNYA (250 CAL)	Z.Y. İSPANAK KAVURMA (157 CAL)	Z.Y. EKŞİ ELMALI FASULYE (250 CAL)
	PATATES SALATASI	MERCİMEK KÖFTE	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	NAR EKŞİLİ KISIR	PANCARLI NOHUT SALATA
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	KOMPOSTO	CACIK
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	ACIBADEM (140 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	LİMONLU KEK (200 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	

	13.02.2023	14.02.2023	15.02.2023	16.02.2023	17.02.2023
KAHVALLI	PASTANE SİMİT (320 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ SANDVIÇ (140 CAL)	KAŞARLI POĞAÇA (130 CAL)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	KARIŞIK MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	DOMATESLİ BULGUR ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	TARHANA ÇORBA (190 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)
	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)	YÖRÜK ÇORBA (250 CAL)	DEREOTLU KABAK ÇORBA (190 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	YAYLA ÇORBA (220 CAL)
ANA YEMEKLER	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	HAMBURGER (300 CAL) (FIRINDA KÜP PATATES VE TURŞU İLE)	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	TAVUKLU NOHUTLU PİLAV (300 CAL)	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK (350 CAL)
	KIYMALI İSPANAK (190 CAL)		ETLİ YAPRAK SARMA (190 CAL)		ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (190 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	MISIRLI PİLAV (350 CAL)	PESTO SOSLU SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)		ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)
	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)		PIRASALI TEPŞİ BÖREĞİ (450 CAL)		BULGUR PİLAVI (350 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	ÇITIR KADAYIFLI KUP (250 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)	KABAK KUP (350 CAL)	LİMONLU MUHALLEBİ (230 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y HAVUÇ VİŞİ (190 CAL)	Z.Y. PORTAKALLI PIRASA (210 CAL)	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE DİBLE (200 CAL)	Z.Y. KARNABAĞAR PANE (190 CAL)	Z.Y TAZE FASULYE (154 CAL)
	Z.Y ÜZÜMLÜ LAHANA KAVURMA (200 CAL)	Z.Y. MÜCVER (188 CAL)	Z.Y. SOSLU KARIŞIK KIZARTMA (200 CAL)	Z.Y. BRÜKSEL LAHANA (200 CAL)	SEBZELİ ARPA ŞEHRİYE SALATASI
	NAR EKŞİLİ KISIR	MERCİMEK KÖFTE	HAVUÇLU BROKOLİ SALATA	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	PANCARLI KISIR
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	CACIK	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	CACIK
	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	EV YAPIMI AYRAN	YOĞURT
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	TATLI&TUZLU KURABİYE (130 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	KANDİL SİMİT (130 CAL)	

	20.02.2023	21.02.2023	22.02.2023	23.02.2023	24.02.2023
KAHVALLI	ZEYTİNLİ MİNİ PİZZA (130 CAL)	SANDVİÇ (140 CAL) (BEYAZ PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI MİNİ POĞAÇA (130 CAL)	PATATESLİ KALEM BÖREK (130 CAL)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	VIŞNE SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (250 CAL)	EV USULÜ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	SÜZME MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)
	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	YEDİGÖLLER ÇORBA	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (200 CAL)
ANA YEMEKLER	YOĞURLU PİDELİ CIZBIZ KÖFTE (300 CAL)	ETLİ NOHUT (350 CAL)	KARŞIK PİZZA ÇEŞİTLERİ (495 CAL) (FIRINDA KÜP PATATES VE DİP SOS İLE)	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL) (DOMATES SOS VE YOĞURT İLE)	PANELİ ÇITIR PİLİÇ DİLİMLERİ (300 CAL) (PATATES PÜRESİ İLE)
	ORMAN KEBABI (190 CAL)	KARNİYARIK (300 CAL)	ETLİ BAMYA (190 CAL)	ETLİ TAZE FASÜLYE (190 CAL)	
YARDIMCI YEMEKLER	DÜDÜK MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	SALÇALI MAKARNA (300 CAL)
	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)	KUSKUS MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	SADE PİLAV (350 CAL)	
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KADAYIF TOPLARI (200 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)	TRİLEÇE (495 CAL)	KREM KAMEL (200 CAL)	TARÇINLI SÜTLAÇ (270 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE (150 CAL)	Z.Y. PIRASA (210 CAL)	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ (250 CAL)	Z.Y. MÜCVER (188 CAL)	Z.Y. BAMYA (160 CAL)
	Z.Y HAVUÇ TAVA (160 CAL)	YOĞURLU İSPANAK BEĞENDİ	Z.Y. DEREOTLU KABAK KALYE (140 CAL)	Z.Y KEREVİZ (145 CAL)	HAVUÇ TARATOR
	HARDALLI PATATES SALATA	NAR EKŞİLİ KISIR	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	MERCİMEK KÖFTE	HUMUS
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	CACIK	KOMPOSTO	KOMPOSTO	CACIK
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	AYRAN
İKİNDİ	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK (200 CAL)	MUZ	GINGERMAN KURABIYE (130 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	

	27.02.2023	28.02.2023	1.03.2023	2.03.2023	3.03.2023
KAHVALLI	KAŞARLI POĞAÇA (130 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)	PASTANE SİMİT (320 CAL)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)	MİNİ POĞAÇA (130 CAL)
	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)	ŞEFTALİ SUYU	SÜT (120 CAL)	SÜT (120 CAL)
ÇORBALAR	YÖRÜK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	NANELİ DÖVME ÇORBA (250 CAL)	TARHANA ÇORBA (220 CAL)
	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)
ANA YEMEKLER	KIYMALI PATATES OTURTMA (300 CAL)	ET DÖNER (300 CAL) (FIRINDA KÜP PATATES İLE)	KARIŞIK DOLMA (230 CAL)	İNEGÖL KÖFTE (300 CAL)	ETLİ KURU FASULYE (350 CAL)
	DOMATES SOSLU TAZE BÖRÜLCE (190 CAL)		ETLİ MEVSİM TÜRLÜ (190 CAL)	SEBZELİ BALIK KAVURMA (350 CAL)	ETLİ KİLİS TAVA (190 CAL)
YARDIMCI YEMEKLER	DENİZ KABUĞU MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (300 CAL)	PEYNİRLİ DÜDÜK MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)
	DERDER PİLAVI (350 CAL)		BULGUR PİLAVI (350 CAL)	İÇ PİLAV (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)
TATLI MEYVE	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	AŞURE (240 CAL)	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	SAHLEPLİ MUHALLEBİ (200 CAL)	SICAK İRMİK HELVASI (495 CAL)	SÜTLÜ REVANİ (495 CAL)
SALATA ÇEŞİTLERİ	Z.Y. BARBUNYA PİLAKİ (250 CAL)	Z.Y. MÜCVER (188 CAL)	Z.Y. BAMYA (160 CAL)	Z.Y. İSPANAK KAVURMA (157 CAL)	Z.Y. DEREOTLU KABAK KALYE (140 CAL)
	Z.Y. İSPANAK KAVURMA (157 CAL)	Z.Y. BROKOLİ (150 CAL)	Z.Y. KARNABAĞAR (190 CAL)	Z.Y. HAVUÇ VİŞİ (160 CAL)	Z.Y. TAZE BÖRÜLCE DİPLE (200 CAL)
	PANCARLI KISIR	MERCİMEK KÖFTE	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	HUMUS	PATATES SALATASI
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	CACIK	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	CACIK
	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	KRİK KRAK (130 CAL)	MEVSİM MEYVE (50 CAL)	AY ÇÖREĞİ (140 CAL)	