



ŞUBAT 2018 AYLIK YEMEK MENUSU

Gıda Mühendisi: Selim GÜNEY - Mihriban KARAGÖZ

5 Şub 2018	6 Şub 2018	7 Şub 2018	8 Şub 2018	9 Şub 2018
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
TEL ŞEHRİYE ÇORBA 267kcal	EZO GELİN ÇORBA 95kcal	HAVUÇ ÇORBASI 141kcal	YAYLA ÇORBA 98kcal	DOMATES ÇORBA 151 kcal
TAVUK DÖNER 154kcal	PATATES MUSAKKA 428kcal	KURU FASULYE 224 kcal	KABAK YEMEĞİ 294kcal	MANTI+YOĞURT 253 kcal
SADE MAKARNA 230kcal	PEYNİRLİ MAKARNA 230kcal	PİRİNÇ PİLAV 185kcal	SALÇALI MAKARNA 230kcal	TATLI 225kcal
MEVSİM SALATA 73kcal	CACIK 64kcal	AYRAN 57kcal	MEVSİM SALATA 73kcal	SALATA 73kcal
PROFİTEROL 125kcal	MEYVE SUYU 104kcal	BÖREK 84kcal	MEYVE SUYU 104kcal	BÖREK 84kcal
12 Şub 2018	13 Şub 2018	14 Şub 2018	15 Şub 2018	16 Şub 2018
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
DOMATES ÇORBA 151 kcal	ŞEHRİYE ÇORBA 267kcal	EZO GELİN ÇORBA 95kcal	TARHANA ÇORBA 171kcal	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA 267kcal
NOHUT YEMEĞİ 364kcal	ROSTO 275kcal	PATLICAN YEMEĞİ 146kcal	TAZE FASULYE 94kcal	FIRINDA PATATES BEŞAMEL SOSLU 160kcal
PİRİNÇ PİLAVI 185kcal	PEYNİRLİ MAKARNA 230kcal	BULGUR PİLAVI 342 kcal	KUSKUS 422kcal	BULGUR PİLAVI 342kcal
AYRAN 57kcal	MEYVE 45kcal	SALATA 73kcal	BÖREK 84kcal	SALATA 73kcal
TATLI 225kcal	SALATA 73kcal	KOMPOSTO 124kcal	MEYVE 45kcal	YOĞURT 124kcal
19 Şub 2018	20 Şub 2018	21 Şub 2018	22 Şub 2018	23 Şub 2018
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
TEL ŞEHRİYE ÇORBA	TARHANA ÇORBA 171kcal	MERCİMEK ÇORBA 56kcal	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA 267kcal	KREMALI DOMATES 165kcal
TAVUK SOTE	KURU FASULYE 224 kcal	FIRINDA KAŞARLI SEBZE 146kcal	PATATES YEMEĞİ 195kcal	SEBZELİ KÖFTE 238kcal
PİRİNÇ PİLAVI	KUSKUS 422kcal	BULGUR PİLAVI 342 kcal	PEYNİRLİ MAKARNA 230kcal	PİRİNÇ PİLAVI 185kcal
AYRAN	BÖREK 84kcal	SALATA 73kcal	MEYVE 45kcal	MEYVE SUYU 104kcal
MISIRLI SALATA	MEYVE 45kcal	KOMPOSTO 124kcal	SALATA 73kcal	SALATA 73kcal
26 Şub 2018	27 Şub 2018	28 Şub 2018	1 Mar 2018	2 Mar 2018
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
EZO GELİN ÇORBA 95kcal	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA 267kcal	MERCİMEK ÇORBA 56kcal	TEL ŞEHRİYE ÇORBA 267kcal	EZO GELİN ÇORBA 95kcal
YOĞURLU MANTI 257kcal	BEZELYE YEMEĞİ 201kcal	ANNE KÖFTESİ 235kcal	SCHNITZEL 215kcal	PATLICAN YEMEĞİ 146kcal
MEYVE 23kcal	PİRİNÇ PİLAVI 185kcal	PEYNİRLİ MAKARNA 230kcal	SALÇALI MAKARNA 230kcal	BULGUR PİLAVI 342 kcal
TATLI 230kcal	CACIK 64kcal	AYRAN 57kcal	PATATES KIZARTMA 312kcal	KOMPOSTO 124kcal
MISIRLI SALATA 77kcal	MEYVE SUYU 104kcal	ÇOBAN SALATA 115kcal	SALATA 73kcal	BÖREK 84kcal