

Tarih	KAHVALTI	CAL.	ÖĞLE YEMEĞİ	KKAL	BESİN GRUBU	İKİNDİ BESLENME	KKAL
01 Ekim 2020 Perşembe	İHLAMUR ÇAYI	0	Şehnye Çorba	150	£		
	KAŞARLI EKMEK-FINDIK EZMESİ-DOMATES-SİYAH ZEYTİN	55-20 63-80 90	Etili Biber Dolma Peynirli Kol Böreği	319 315	£	un kurabiyesi meyve suyu	200 108
	SÜT	114	Yoğurt	67	£		
02 Ekim 2020 Cuma	LOR PEYNİRLİ OMLET-YEŞİL ZEYTİN-TAHİN PEKMEZ-SALATALIK	55-20 63-80 90	Tarlhana Çorba Plevistü Tavuk Döner Çoban Salata	150 223 275	£	peynirli poğaça böğürten çayı	200 0
	SÜT	114	Yoğurt	67	£		
	LİMONATA	108	Selbe Çorba	141	£		
05 Ekim 2020 Pazartesi	PEYNİRLİ GÖZLEME-DOMATES-TEREYAGI-REÇEL	55-20 63-80 90	Gemici Usulu Kuru Fasulye Pirinç Pilavı Tursu	613 323 67	£	havuç toplan süt	150 114
	MEYVE SUYU	108	Tarlhana Çorba	139	£		
	KREP-SİYAH ZEYTİN-FINDIK EZMESİ-KREM PEYNİR	215 55-20 90	Sebzeli Tavuk Haşlama Pirinç Pilavı Yeşil Salata	310 171 84	£	Kakaolu kek elma çayı	200 0
07 Ekim 2020 Çarşamba	ELMA ÇAYI	0	Söğemliye Çorba	210	£		
	BEYAZ PEYNİR-HAŞLAMIS YUMURTA-TEREYAGI-BAL	55-20 63-80 90	Kuru Kangik Dolma Su Böreği Yoğurt	294 350 250	£	kurabiye Meyve Suyu	207 108
	SÜT	114	Arpa Şehriye Çorba	210	£		
08 Ekim 2020 Perşembe	ÜÇGEN PEYNİR-YEŞİL ZEYTİN-KEK-DOMATES	55-20 63-80 90	Pürelİ Izgara Köfte Bolonez Soslu Makarna Meyve	294 350 250	£	Bisküvili Pasta İhlamur ÇAYI	207
	LİMONATA	108	Arapça Çorba	150	£		
	PEYNİRLİ GÖZLEME-SALATALIK-TEREYAGI-REÇEL	55-20 63-80 90	Patlıcan Musakka Nohutlu Pirinç Pilavı Findikli Keçeli	202 207 294	£	Meyveli Kek süt	355 114
12 Ekim 2020 Pazartesi	KUŞBURNU ÇAYI	0	Tarlhana Çorba	139	£		
	KAŞARLI FIRIN EKMEK-SOSLU SİYAH ZEYTİN-DOMATES-TAHİN PEKMEZ	215 55-20 90	Biberli Piliç biftek Bulgur Pilavı Ayrın	613 45 207	£	Sakallı Poğaça MEYVE SUYU	215 45
	SÜT	114	Mantar Çorba	160	£		
13 Ekim 2020 Salı	ZEYTİNLİ OMLET-KREM PEYNİR-FINDIK EZMESİ-SALATALIK	55-20 63-80 90	Etili Barbunya Pirinç Pilavı Kazandibi	476 350 84	£	Peynirli Börek Kuşburnu Çayı	203 0
	LİMONATA	108	Yoğurtlu Döğme Çorba	150	£		
	ÜÇGEN PEYNİR-DOMATES-PATATESLİ OMLET-TAHİN PEKMEZ	55-20 63-80 90	Sebzeli Misket Köfte Soslu Makarna Meyve	388 323 45	£	Havuç toplan süt	150 114
15 Ekim 2020 Perşembe	SÜT	114	Ezogelin Çorba	150	£		
	KREP-KREM PEYNİR-REÇEL-TEREYAGI	215 55-20 90	Karıyarak Sade pirinç pilavı Cacık	459 323 45	£	Tuzlu Kurabiye Meyve Suyu	254 108
	LİMONATA	108	Köyü Çorba	150	£		
16 Ekim 2020 Cuma	İHLAMUR ÇAYI	0	Köyü Çorba	150	£		
	KAŞAR PEYNİRLİ-SOSLU YEŞİL ZEYTİN-MEYVELİ KEK-SALATALIK	215 55-20 90	Et Haşlama Domatesli Bulgur Pilavı Mısır İçberg Salata	425 350 57	£	Patatesli Gözleme Böğürten Çayı	90 114
	SÜT	114	Sebzeli Çorba	139	£		
19 Ekim 2020 Pazartesi	LOR PEYNİRLİ GÖZLEME-DOMATES-TEREYAGI-BAL	55-20 63-80 90	Etili Kuru Fasulye Pirinç Pilavı Tursu	476 350 294	£	Meyveli Kek SÜT	203 114
	MEYVE SUYU	108	Alaca Çorba	294	£		
	BEYAZ PEYNİR-SİYAH ZEYTİN-HAŞLAMIS YUMURTA-FINDIK EZMESİ	215 55-20 90	Terbiyesi Köfte Domates Soslu Makarna Meyve	275 254 294	£	Peynirli Poğaça İhlamur Çayı	250 0
21 Ekim 2020 Çarşamba	SÜT	114	Mercimek Çorba	180	£		
	KREM PEYNİR-ZEYTİNLİ OMLET-BAL-TEREYAGI	55-20 63-80 90	Kuru Kangik Dolma Patatesli Kol Böreği Yoğurt	315 275 60	£	Elmalı Kurabiye AYRAN	205
	LİMONATA	108	Domates çorba	150	£		
22 Ekim 2020 Perşembe	ÜÇGEN PEYNİR-YEŞİL ZEYTİN-DOMATES-KAKAOLU KEK	55-20 63-80 90	Ankara Tava Şakşuka Ayrın	192 350 84	£	HAVUÇLU TABİRLİ KEK SÜT	355
	MEYVE SUYU	108	Ezogelin Çorba	150	£		
	PEYNİRLİ BÖREK-SİYAH ZEYTİN-REÇEL-TEREYAGI	215 55-20 90	Ispanak Yemeği/Yoğurt Napollen Soslu Makarna Islak Kek	346 323 90	£	Mini poğaça BITKİ ÇAYI	244
26 Ekim 2020 Pazartesi	SÜT	114	Yoğurtlu Döğme Çorba	141	£		
	KAŞARLI FIRIN EKMEK-SOSLU YEŞİL ZEYTİN-FINDIK EZMESİ-SALATALIK	55-20 63-80 90	Hasanpaşa Köfte Nohutlu Pirinç Pilavı Meyve	320 315 131	£	Un Kurabiyesi Limonata	90-100 345
	İHLAMUR ÇAYI	0	Mercimek Çorba	150	£		
27 Ekim 2020 Salı	LOR PEYNİRLİ OMLET-DOMATES-BAL-TEREYAGI	55-20 63-80 90	Sebzeli Graten Napollen Soslu Spagetti Tulumba Tatlı	408 350 67	£	Peynirli Gözleme BITKİ ÇAYI	200
	LİMONATA	108	Tarlhana Çorba	150	£		
	ÜÇGEN PEYNİR-DOMATES-PATATESLİ OMLET-TAHİN PEKMEZ	215 55-20 90	Piliç Topkapı Soşu Biber Kızartma Ayrın	272 323 84	£	Tarçınli Muhallebi	214
29 EKİM CUMHURİYET VE EGEMENLİK BAYRAMI TATLİ							
30 Ekim 2020 Cuma	İHLAMUR ÇAYI	0	Mantar Çorba	139	£		
	BEYAZ PEYNİR-SOSLU YEŞİL ZEYTİN-HOZGAK KEK-SALATALIK	215 63-80 90	Anne Köfte Soslu Makarna Yoğurt	476 294 320	£	Çikolata Kek Süt	200 114



BESİN ÖĞELERİ	
£	TAHL
£	SEBZE
£	MEYVE
£	SÜT
£	ET-TAVUK

MENÜ KOMİSYONU	
Bölge Direktörü Gıda Müh. Mustafa GÜLMEZ	
İşletme Müdürü Gıda Müh. Ayşe GÜLMEZ	
Uzman Diyetisyen Kamile KARA YILMAZ	
Diyetisyen Ceren TOKSOY	
Gıda Mühendisi Kağan KARGILI	
Gıda Mühendisi Buse KÖKÇE	