

3 Mart 2025 Pazartesi	Kcal	4 Mart 2025 Salı	Kcal	5 Mart 2025 Çarşamba	Kcal	6 Mart 2025 Perşembe	Kcal	7 Mart 2025 Cuma	Kcal
<b>KAHVALLI</b>									
Peyirli Su Böreği	300	Çeçil Peyniri (15 gr)	50	Gözleme	265	Örgü Peyniri (15 gr)	42	Karışık Tost	330
Çeri Domates	6	Krem Peynir	28	Çeri Domates	6	Tereyağ	100	Çeri Domates	6
Salatalık	2,5	Tahin Pekmez	87	Salatalık	2,5	Bal	46	Salatalık	2,5
Yeşil Zeytin	17	Çeri Domates	6	Siyah Zeytin	13	Çeri Domates	6	Siyah Zeytin	13
Çay		Salatalık	2,5	Çay		Salatalık	2,5	Çay	
Meyve Suyu (200 ml)	80	Çarliston Biber	3	Süt (200 ml)	106	Çarliston Biber	3	Meyve Suyu (200 ml)	80
		Siyah Zeytin	13			Siyah Zeytin	13		
		Yeşil Zeytin	17			Yeşil Zeytin	17		
		Simit	68			Simit	68		
		Açma	78			Açma	78		
		Poğaç	45			Poğaç	45		
		Menemen	108			Haşlanmış Yumurta	65		
		Çay				Çay			
		Meyve Kompostosu	122			Meyveli Süt (180 ml)	114		
<b>Toplam</b>	<b>405,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>627,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>392,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>599,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>431,5</b>
<b>ÖĞLE</b>									
Sebze Çorbası	124,2	Mahluta Çorbası	122	Süzme Mercimek Çorbası	163,8	Tarhana Çorbası	108	Ezogelin Çorbası	91
Etlı Bezelye	203	Cafe De Paris Soslu Tavuk Izgara	379,26	Etlı Türü	235,8	Etlı Kuru Fasulye	206,46	Et Döner	230
Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Soslu Makarna	255,6	Bulgur Pilavı	250	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Şehriyeli Pirinç Pilavı	305
Güllaç	340,2	Mozaik Pasta	330	Armut	96	Mandalina	89	Günün Salatası	50,4
Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4	Bardak Yoğurt	61,5	Türü Turşu	63	Bardak Ayran	58
<b>Toplam</b>	<b>1027,4</b>	<b>Toplam</b>	<b>1137,26</b>	<b>Toplam</b>	<b>807,1</b>	<b>Toplam</b>	<b>776,06</b>	<b>Toplam</b>	<b>734,4</b>
<b>İKİNDİ</b>									
Mini Sandviç	145	Dilim Kek	200	Kurabiye	150	Meyve Salatası	40	Mini Pizza	152
Ayran	58	Meyve Kompostosu	122	Süt (200 ml)	106			Meyve Suyu (200 ml)	80
<b>Toplam</b>	<b>203</b>	<b>Toplam</b>	<b>322</b>	<b>Toplam</b>	<b>256</b>	<b>Toplam</b>	<b>40</b>	<b>Toplam</b>	<b>232</b>
<b>Genel Toplam</b>	<b>1635,9</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>2086,76</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1455,6</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1415,56</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1397,9</b>

10 Mart 2025 Pazartesi	Kcal	11 Mart 2025 Salı	Kcal	12 Mart 2025 Çarşamba	Kcal	13 Mart 2025 Perşembe	Kcal	14 Mart 2025 Cuma	Kcal
<b>KAHVALTI</b>									
Peynirli Su Böreği	300	Beyaz Peynir (15 gr)	40	Gözleme	265	Kaşar Peyniri (15 gr)	49	Kaşarlı Tost	280
Çeri Domates	6	Üçgen Peynir	27	Çeri Domates	6	Krem Peynir	28	Çeri Domates	6
Salatalık	2,5	Reçel	56	Salatalık	2,5	Çikolata	80	Salatalık	2,5
Siyah Zeytin	13	Çeri Domates	6	Yeşil Zeytin	17	Çeri Domates	6	Siyah Zeytin	13
Çay		Salatalık	2,5	Çay		Salatalık	2,5	Çay	
Meyve Kompostosu	122	Çarliston Biber	3	Meyve Suyu (200 ml)	80	Çarliston Biber	3	Meyveli Süt (180 ml)	114
		Siyah Zeytin	13			Siyah Zeytin	13		
		Yeşil Zeytin	17			Yeşil Zeytin	17		
		Simit	68			Simit	68		
		Açma	78			Açma	78		
		Poğaç	45			Poğaç	45		
		Omlet	105			Menemen	108		
		Çay				Çay			
		Süt (200 ml)	106			Meyve Suyu (200 ml)	80		
<b>Toplam</b>	<b>443,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>566,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>370,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>577,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>415,5</b>
<b>ÖĞLE</b>									
Mahluta Çorbası	122	Domates Çorbası	55,8	Ezogelin Çorbası	91	Süzme Mercimek Çorbası	163,8	Tarhana Çorbası	108
Karniyarık	243	Etlü Türlü	235,8	Çıtır Tavuk	405	Etlü Nohut	210	Etlü Barbunya	243
Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Garnitürlü Pirinç Pilavı	288	Soslu Makarna	255,6	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Şehriyeli Pirinç Pilavı	305
Günün Salatası	50,4	Cupta Magnolya	243	Kırmızı Elma	72	Profiterol	268	Günün Salatası	50,4
Bardak Yoğurt	61,5	Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4	Bardak Ayran	58	Bardak Yoğurt	61,5
<b>Toplam</b>	<b>786,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>873</b>	<b>Toplam</b>	<b>874</b>	<b>Toplam</b>	<b>1009,4</b>	<b>Toplam</b>	<b>767,9</b>
<b>İKİNDİ</b>									
Mini Sandviç	145	Dilim Kek	200	Kurabiye	150	Meyve Salatası	40	Mini Pizza	152
Ayran	58	Meyve Kompostosu	122	Süt (200 ml)	106			Meyve Suyu (200 ml)	80
<b>Toplam</b>	<b>203</b>	<b>Toplam</b>	<b>322</b>	<b>Toplam</b>	<b>256</b>	<b>Toplam</b>	<b>40</b>	<b>Toplam</b>	<b>232</b>
<b>Genel Toplam</b>	<b>1433</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1761,5</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1500,5</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1626,9</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1415,4</b>

17 Mart 2025 Pazartesi	Kcal	18 Mart 2025 Salı	Kcal	19 Mart 2025 Çarşamba	Kcal	20 Mart 2025 Perşembe	Kcal	21 Mart 2025 Cuma	Kcal
<b>KAHVALTI</b>									
Peynirli Su Böreği	300	Çeçil Peyniri (15 gr)	50	Gözleme	265	Örgü Peyniri (15 gr)	42	Karışık Tost	330
Çeri Domates	6	Tereyağ	100	Çeri Domates	6	Üçgen Peynir	27	Çeri Domates	6
Salatalık	2,5	Bal	46	Salatalık	2,5	Tahin Pekmez	87	Salatalık	2,5
Siyah Zeytin	13	Çeri Domates	6	Yeşil Zeytin	17	Çeri Domates	6	Siyah Zeytin	13
Çay		Salatalık	2,5	Çay		Salatalık	2,5	Çay	
Meyve Kompostosu	122	Çarliston Biber	3	Meyveli Süt (180 ml)	114	Çarliston Biber	3	Meyve Kompostosu	122
		Siyah Zeytin	13			Siyah Zeytin	13		
		Yeşil Zeytin	17			Yeşil Zeytin	17		
		Simit	68			Simit	68		
		Açma	78			Açma	78		
		Poğaç	45			Poğaç	45		
		Haşlanmış Yumurta	65			Omlet	105		
		Çay				Çay			
		Meyve Suyu (200 ml)	80			Meyve Suyu (200 ml)	80		
Toplam	443,5	Toplam	573,5	Toplam	404,5	Toplam	573,5	Toplam	473,5
<b>ÖĞLE</b>									
Ezogelin Çorbası	91	Tarhana Çorbası	108	Arabaşı Çorbası	114,66	Köy Usulü Mercimek Çorbası	142,2	Domates Çorbası	55,8
Etlı Taze Fasulye	240	Şinitel	225	Izgara Köfte	237,6	Etlı Kuru Fasulye	206,46	Tas Kebabı	161,28
Soslu Makarna	255,6	Havuçlu Pilav	239,4	Soslu Spagetti	207	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Şehriyeli Pirinç Pilavı	305
Günün Salatası	50,4	Cuıta Tiramisu	399,6	Günün Salatası	50,4	Kıbrıs Tatısı	419,4	Günün Salatası	50,4
Portakal	62	Bardak Yoğurt	61,5	Bardak Ayran	58	Günün Salatası	50,4	Bardak Ayran	58
Toplam	699	Toplam	1033,5	Toplam	667,66	Toplam	1128,06	Toplam	630,48
<b>İKİNDİ</b>									
Mini Sandviç	145	Dilim Kek	200	Kurabiye	150	Meyve Salatası	40	Mini Pizza	152
Ayran	58	Meyve Kompostosu	122	Süt (200 ml)	106			Meyve Suyu (200 ml)	80
Toplam	203	Toplam	322	Toplam	256	Toplam	40	Toplam	232
Genel Toplam	1345,5	Genel Toplam	1929	Genel Toplam	1328,16	Genel Toplam	1741,56	Genel Toplam	1335,98

24 Mart 2025 Pazartesi	Kcal	25 Mart 2025 Salı	Kcal	26 Mart 2025 Çarşamba	Kcal	27 Mart 2025 Perşembe	Kcal	28 Mart 2025 Cuma	Kcal
<b>KAHVALLI</b>									
Peynirli Su Böreği	300	Beyaz Peynir (15 gr)	40	Gözleme	265	Kaşar Peyniri (15 gr)	49	Kaşarlı Tost	280
Çeri Domates	6	Krem Peynir	28	Çeri Domates	6	Tereyağ	100	Çeri Domates	6
Salatalık	2,5	Reçel	56	Salatalık	2,5	Bal	46	Salatalık	2,5
Siyah Zeytin	13	Çeri Domates	6	Yeşil Zeytin	17	Çeri Domates	6	Siyah Zeytin	13
Çay		Salatalık	2,5	Çay		Salatalık	2,5	Çay	
Meyve Suyu (200 ml)	80	Çarliston Biber	3	Meyve Suyu (200 ml)	80	Çarliston Biber	3	Süt (200 ml)	106
		Siyah Zeytin	13			Siyah Zeytin	13		
		Yeşil Zeytin	17			Yeşil Zeytin	17		
		Simit	68			Simit	68		
		Açma	78			Açma	78		
		Poğaç	45			Poğaç	45		
		Menemen	108			Haşlanmış Yumurta	65		
		Çay				Çay			
		Süt (200 ml)	106			Meyve Kompostosu	122		
<b>Toplam</b>	<b>401,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>570,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>370,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>614,5</b>	<b>Toplam</b>	<b>407,5</b>
<b>ÖĞLE</b>									
Süzme Mercimek Çorbası	163,8	Domates Çorbası	55,8	Havuç Çorbası	75	Köy Usulü Mercimek Çorbası	142,2	Arpa Şehriye Çorbası	208,8
Fırın But	375	Etlı Barbunya	243	Pıdelı Köfte	367,2	Etlı Nohut	210	Tavuk Sote	244,98
Soslu Spagetti	207	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Soslu Makarna	255,6	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Bulgur Pilavı	250
Günün Salatası	50,4	Bisküvili Pasta	329,94	Günün Salatası	50,4	Profiterol	268	Günün salatası	50,4
Yeşil Elma	73	Günün Salatası	50,4	Bardak Ayran	58	Türlü Turşu	63	Bardak Yoğurt	61,5
<b>Toplam</b>	<b>869,2</b>	<b>Toplam</b>	<b>988,74</b>	<b>Toplam</b>	<b>806,2</b>	<b>Toplam</b>	<b>992,8</b>	<b>Toplam</b>	<b>815,68</b>
<b>İKİNDİ</b>									
Mini Sandviç	145	Dilim Kek	200	Kurabiye	150	Meyve Salatası	40	Mini Pizza	152
Ayran	58	Meyve Kompostosu	122	Süt (200 ml)	106			Meyve Suyu (200 ml)	80
<b>Toplam</b>	<b>203</b>	<b>Toplam</b>	<b>322</b>	<b>Toplam</b>	<b>256</b>	<b>Toplam</b>	<b>40</b>	<b>Toplam</b>	<b>232</b>
<b>Genel Toplam</b>	<b>1473,7</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1881,24</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1432,7</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1647,3</b>	<b>Genel Toplam</b>	<b>1455,18</b>