

5 Mayıs 2025 Pazartesi	Kcal	6 Mayıs 2025 Salı	Kcal	7 Mayıs 2025 Çarşamba	Kcal	8 Mayıs 2025 Perşembe	Kcal	9 Mayıs 2025 Cuma	Kcal
KAHVATI									
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	0	Salatalık	2,5	Çay	0	Salatalık	2,5	Çay	0
Meyve Kompostosu	122	Çarliston Biber	3	Meyve Suyu (200 ml)	80	Çarliston Biber	3	Meyveli Süt (180 ml)	114
0		Siyah Zeytin	13	0		Siyah Zeytin	13	0	
0		Yeşil Zeytin	17	0		Yeşil Zeytin	17	0	
0		Simit	68	0		Simit	68	0	
0		Açma	78	0		Açma	78	0	
0		Poğaç	45	0		Poğaç	45	0	
0		Omllet	105	0		Menemen	108	0	
0		Çay	0	0		Çay	0	0	
0		Süt (200 ml)	106	0		Meyve Suyu (200 ml)	80	0	
Toplam	443,5	Toplam	566,5	Toplam	370,5	Toplam	577,5	Toplam	415,5
ÖĞLE									
Mahluta Çorbası	122	Sebz	124,2	Domates Çorbası	55,8	Köy Usulü Mercimek Çorbası	142,2	Tarhana Çorbası	108
Tavuk Sote	245	Etl	210	Piliç Külbastı	336,6	Izgara Köfte	237,6	Fırın Tür	153
Soslu Makarna	255,6	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Şehriyeli Pirinç Pilavı	305	Soslu Makarna	255,6	Şehriyeli Pirinç Pilavı	305
Günün Meyvesi	60	Cupta Tiramisu	399,6	Günün Salatası	50,4	Çikolatalı Puding	241,9	Günün Salatası	50,4
Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4	Bardak Ayran	58	Günün Salatası	50,4	Bardak Yoğurt	61,5
Toplam	733	Toplam	1094	Toplam	805,8	Toplam	927,7	Toplam	677,9
İKİNDİ									
Mini Sandviç	145	Dilim Kek	200	Kurabiye	150	Meyve Salatası	40	Mini Pizza	152
Ayran	58	Meyve Kompostosu	122	Süt (200 ml)	106	0		Meyve Suyu (200 ml)	80
Toplam	203	Toplam	322	Toplam	256	Toplam	40	Toplam	232
Genel Toplam	1379	Genel Toplam	1982	Genel Toplam	1432	Genel Toplam	1545	Genel Toplam	1325

12 Mayıs 2025 Pazartesi	Kcal	13 Mayıs 2025 Salı	Kcal	14 Mayıs 2025 Çarşamba	Kcal	15 Mayıs 2025 Perşembe	Kcal	16 Mayıs 2025 Cuma	Kcal
KAHVALLI									
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	0	Salatalık	2,5	Çay	0	Salatalık	2,5	Çay	0
Meyve Kompostosu	122	Çarliston Biber	3	Meyveli Süt (180 ml)	114	Çarliston Biber	3	Meyve Kompostosu	122
0		Siyah Zeytin	13	0		Siyah Zeytin	13	0	
0		Yeşil Zeytin	17	0		Yeşil Zeytin	17	0	
0		Simit	68	0		Simit	68	0	
0		Açma	78	0		Açma	78	0	
0		Poğaç	45	0		Poğaç	45	0	
0		Haşlanmış Yumurta	65	0		Omlet	105	0	
0		Çay	0	0		Çay	0	0	
0		Meyve Suyu (200 ml)	80	0		Meyve Suyu (200 ml)	80	0	
Toplam	443,5	Toplam	573,5	Toplam	404,5	Toplam	573,5	Toplam	473,5
ÖĞLE									
Ezogelin Çorbası	91	Domates Çorbası	55,8	Sebze Çorbası	124,2	Süzme Mercimek Çorbası	163,8	Havuç Çorbası	75
Fırında Piliç Baget	253,8	Etlı Barbunya	243	İzmir Köfte	261,9	Etlı Bezelye	203	Et Sote	275
Soslu Makarna	255,6	Bulgur Pilavı	250	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Bulgur Pilavı	250
Bisküvili Pasta	329,9	Günün Meyvesi	60	Günün Salatası	50,4	Fındıklı Muhallebi	171	Günün Salatası	50,4
Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4	Bardak Ayran	58	Günün Salatası	50,4	Haydari	283
Toplam	980,7	Toplam	659,2	Toplam	804,1	Toplam	897,8	Toplam	933,4
İKİNDİ									
Mini Sandviç	145	Dilim Kek	200	Kurabiye	150	Meyve Salatası	40	Mini Pizza	152
Ayran	58	Meyve Kompostosu	122	Süt (200 ml)	106	0		Meyve Suyu (200 ml)	80
Toplam	203	Toplam	322	Toplam	256	Toplam	40	Toplam	232
Genel Toplam	1627	Genel Toplam	1555	Genel Toplam	1465	Genel Toplam	1511	Genel Toplam	1639

19 Mayıs 2025 Pazartesi	Kcal	20 Mayıs 2025 Salı	Kcal	21 Mayıs 2025 Çarşamba	Kcal	22 Mayıs 2025 Perşembe	Kcal	23 Mayıs 2025 Cuma	Kcal
KAHALTI									
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	0	Salatalık	2,5	Çay	0	Salatalık	2,5	Çay	0
Meyve Suyu (200 ml)	80	Çarliston Biber	3	Meyve Suyu (200 ml)	80	Çarliston Biber	3	Süt (200 ml)	106
0		Siyah Zeytin	13	0		Siyah Zeytin	13	0	
0		Yeşil Zeytin	17	0		Yeşil Zeytin	17	0	
0		Simit	68	0		Simit	68	0	
0		Açma	78	0		Açma	78	0	
0		Poğaç	45	0		Poğaç	45	0	
0		Menemen	108	0		Haşlanmış Yumurta	65	0	
0		Çay	0	0		Çay	0	0	
0		Süt (200 ml)	106	0		Meyve Kompostosu	122	0	
Toplam	401,5	Toplam	570,5	Toplam	370,5	Toplam	614,5	Toplam	407,5
ÖĞLE									
Süzme Mercimek Çorbası	163,8	Sebze Çorbası	124,2	Mahluta Çorbası	122	Mantar Çorbası	86,4	Ezogelin Çorbası	91
Pideli Köfte	367,2	Gemici Usulü Kuru Fasulye	159,7	Kıymalı Taze Fasulye	240	Soslu Piliç Şiş	226,8	Abant Kebabı	153
Soslu Makarna	255,6	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Cevizli Erişte	250	Şehriyeli Pirinç Pilavı	305	Soslu Makarna	255,6
Islak Kek	312,2	Günün Salatası	50,4	Günün Meyvesi	60	Kadayıflı Muhallebi	358,2	Günün Meyvesi	60
Günün Salatası	50,4	Türlü Turşu	63	Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4
Toplam	1149	Toplam	706,9	Toplam	722,4	Toplam	1027	Toplam	610
İKİNDİ									
Mini Sandviç	145	Dilim Kek	200	Kurabiye	150	Meyve Salatası	40	Mini Pizza	152
Ayran	58	Meyve Kompostosu	122	Süt (200 ml)	106	0		Meyve Suyu (200 ml)	80
Toplam	203	Toplam	322	Toplam	256	Toplam	40	Toplam	232
Genel Toplam	1754	Genel Toplam	1599	Genel Toplam	1349	Genel Toplam	1681	Genel Toplam	1250

26 Mayıs 2025 Pazartesi	Kcal	27 Mayıs 2025 Salı	Kcal	28 Mayıs 2025 Çarşamba	Kcal	29 Mayıs 2025 Perşembe	Kcal	30 Mayıs 2025 Cuma	Kcal
KAHVATI									
Peynirli Su Böreği	300	Örgü Peyniri (15 gr)	42	Gözleme	265	Çeçil Peyniri (15 gr)	50	Karışık Tost	330
Çeri Domates	6	Üçgen Peynir	27	Çeri Domates	6	Krem Peynir	28	Çeri Domates	6
Salatalık	2,5	Çikolata	80	Salatalık	2,5	Reçel	56	Salatalık	2,5
Siyah Zeytin	13	Çeri Domates	6	Yeşil Zeytin	17	Çeri Domates	6	Siyah Zeytin	13
Çay	0	Salatalık	2,5	Çay	0	Salatalık	2,5	Çay	0
Meyve Kompostosu	122	Çarliston Biber	3	Süt (200 ml)	106	Çarliston Biber	3	Meyveli Süt (180 ml)	114
0		Siyah Zeytin	13	0		Siyah Zeytin	13	0	
0		Yeşil Zeytin	17	0		Yeşil Zeytin	17	0	
0		Simit	68	0		Simit	68	0	
0		Açma	78	0		Açma	78	0	
0		Poğaç	45	0		Poğaç	45	0	
0		Omlet	105	0		Menemen	108	0	
0		Çay	0	0		Çay	0	0	
0		Meyve Suyu (200 ml)	80	0		Meyve Suyu (200 ml)	80	0	
Toplam	443,5	Toplam	566,5	Toplam	396,5	Toplam	554,5	Toplam	465,5
ÖĞLE									
Tarhana Çorbası	108	Süzme Mercimek Çorbası	163,8	Şehriye Çorbası	163,8	Ezogelin Çorbası	91	Domates Çorbası	55,8
Fırında Yaz Türütüsü	235,8	Gemici Usulü Kuru Fasulye	159,7	Fırın But	375	Tavuklu Bezelye	162	Tas Kebabı	161,3
Soslu Spagetti	207	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6	Garnitürlü Pirinç Pilavı	288	Bulgur Pilavı	250	Tereyağlı Pirinç Pilavı	309,6
Günün Meyvesi	60	Cupta Profiterol	404,8	Günün Meyvesi	60	Meyveli Puding	225	Günün Meyvesi	60
Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4	Günün Salatası	50,4
Toplam	661,2	Toplam	1088	Toplam	937,2	Toplam	778,4	Toplam	637,1
İKİNDİ									
Mini Sandviç	145	Dilim Kek	200	Kurabiye	150	Meyve Salatası	40	Mini Pizza	152
Ayran	58	Meyve Kompostosu	122	Süt (200 ml)	106	0		Meyve Suyu (200 ml)	80
Toplam	203	Toplam	322	Toplam	256	Toplam	40	Toplam	232
Genel Toplam	1308	Genel Toplam	1977	Genel Toplam	1590	Genel Toplam	1373	Genel Toplam	1335