




MEV KOLEJİ ÖZEL GÜZELBAHÇE OKULLARI HAFTALIK YEMEK MENÜSÜ



	18.05.2026 Pazartesi	Kalori (Kcal)	19.05.2026 Salı	Kalori (Kcal)	20.05.2026 Çarşamba	Kalori (Kcal)	21.05.2026 Perşembe	Kalori (Kcal)	22.05.2026 Cuma	Kalori (Kcal)
KAHVATI (OKUL ÖNCESİ ve İLKOKUL)	YUMURTALI PATATES	131			İŞLEME ÇÖREK	145	KAŞAR PEYNİRLİ TOST	159	HAŞLANMIŞ YUMURTA	77
	DOMATES / TULUM PEYNİR	56			LABNE PEYNİR	39	SALATALIK	38	İNCİ PEYNİR	44
	TAHİN HELVA	102			KAKAOLU FINDIK KREMASI	111	ÇİLEK REÇELİ	55	TEREYAĞ / BAL	142
	ÇİZİK YEŞİL ZEYTİN	24			SİYAH ZEYTİN	24	KARIŞIK ZEYTİN	24	ÇİZİK YEŞİL ZEYTİN	24
	SÜT	44			SÜT		IHLAMUR ÇAYI	10	SÜT	44
ÖĞLE YEMEĞİ (OKUL ÖNCESİ VE İLKOKUL)	TARHANA ÇORBA	81			GENDİME ÇORBA	70	MERCİMEK ÇORBA	69	KAŞARLI DOMATES ÇORBA	55
	ETLİ NOHUT	275			SEBZELİ PİLİÇ SOTE	253	MİTİTE KÖFTE	268	HAMBURGER	295
	PİRİNÇ PİLAVI	256			ARPA ŞEHRİYE PİLAVI	278	SOSLU SPAGETTİ MAKARNA	238	BONFRİT	312
	YEŞİL SALATA	25	19 MAYIS ATATÜRK'Ü ANIMA GENÇLİK VE SPOR BAYRAMI		SALATA BAR (MARUL, DOMATES, SALATALIK)	25	KARIŞIK SALATA	35	AYRAN	40
	TAHİNLİ KEMALPAŞA TATLISI	196			HAVUÇ TARATOR	111	CEVİZLİ KEK	258	ÇİKOLATALI PUDİNG	212
					ELMA	65				
ÖĞLE YEMEĞİ (ORTAOKUL VE LİSE)	TARHANA ÇORBA	81			GENDİME ÇORBA	70	MERCİMEK ÇORBA	69	KAŞARLI DOMATES ÇORBA	55
	ETLİ NOHUT	275			SEBZELİ PİLİÇ SOTE	253	KIYMALI PATLICAN MUSAKKA	385	PİZZA	333
	PİRİNÇ PİLAVI	256			ARPA ŞEHRİYE PİLAVI	278	SPAGETTİ MAKARNA	196	BONFRİT	312
	YEŞİL SALATA	25	19 MAYIS ATATÜRK'Ü ANIMA GENÇLİK VE SPOR BAYRAMI		SALATA BAR (MARUL, DOMATES, SALATALIK)	25	CACIK	41	AYRAN	40
	TAHİNLİ KEMALPAŞA TATLISI	196			HAVUÇ TARATOR	111	CEVİZLİ KEK	258	MEVSİM SALATA	17
					ELMA	65			ÇİKOLATALI PUDİNG	212
ARAÖĞÜN (OKUL ÖNCESİ ve İLKOKUL)	ÇİLEKLİ PROBIYOTİK YOĞURT	78			DAMLA ÇİKOLATALI KURABIYE	170	PUF POĞAÇA	137	KARIŞIK ÇİĞ ÇEREZ	186
	EV YAPIMI TUZLU GALETA	78			KARIŞIK MEYVE ÇAYI	10	AYRAN	40	YEŞİL ÇAY	4

Not : - MALZEME TEDARİK EDİLEMEDİĞİ TAKDİRDE YEMEK LİSTESİNDE DEĞİŞİKLİK YAPILABİLİR.

- KALORİ HESAPLAMALARINA EKMEK DAHİL EDİLMEMİŞTİR. 1 ORTA BOY İNCE EKMEK DİLİMİ (Ort. 10 gram) 25 kcal ve 1 ORTA BOY İNCE ÇAVDAR EKMEĞİ DİLİMİ (20 gram) 42 kcal OLARAK HESAPLAMALIDIR.

