



İNGİLİZ KÜLTÜR KOLEJLERİ ORTAOKUL YEMEK MENÜSÜ

| TARİH | ÖĞLE YEMEĞİ | İKİNDİ KAHVALTISI | KALORİ (ORT) |
|------------|--|--|--------------|
| 10.03.2025 | SÜZME MERCİMEK ÇORBA KARNABAHAAR KIZARTMA ERİŞTE YOĞURT | DAMLA ÇİKOLATALI COOKIE VIŞNE SUYU | 1550 Kcal |
| 11.03.2025 | TARHANA ÇORBA TAVUK SOTE BULGUR PİLAVI MEVSİM SALATA | SADE KEK LİMONATA | 1550 Kcal |
| 12.03.2025 | TOYGA ÇORBA MEVSİM TÜRLÜ ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI MEYVE | SUSAMLI ÇUBUK KARIŞIK KOMPOSTO | 1450 Kcal |
| 13.03.2025 | EZOĞELİN ÇORBA KIYMALI MAKARNA PIRASA YEMEĞİ YOĞURT | BROWNI SÜT | 1600 Kcal |
| 14.03.2025 | SÜRPRİZ MENÜ | Pİ KURABİYESİ KARIŞIK MEYVE SUYU | 1650 Kcal |

****MENÜLER ÖĞRENCİLERİMİZİN GÜNLÜK BESLENME İHTİYAÇLARINA GÖRE HAZIRLANMIŞ OLUP, KALORİ DEĞERLERİ PORSİYONLAMAYA DİKKAT EDİLEREK HESAPLANMIŞTIR

****AYRAN, MEYVE ÇAYI, KOMPOSTO VB. İÇECEKLERİMİZ EL YAPIMIDIR.

Gıda Mühendisi

Damla NAİLLİOĞLU ÇAVDAR

Diyetisyen

E. Sude ÖZTÜRK