



İNGİLİZ KÜLTÜR KOLEJLERİ İLKOKUL YEMEK MENÜSÜ

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ KAHVALTISI	KALORİ (ORT)
21.04.2025	AÇIK BÜFE (PASTANE SİMİTİ OMLET BEYAZ PEYNİR SİYAH ZEYTİN YEŞİL ZEYTİN ÇİLEK REÇELİ IHLAMUR)	EZOĞELİN ÇORBASI KIYMALI İSPANAK YEMEĞİ ERİŞTE YOĞURT	ÇİFT KATLI PUDİNG MEYVE	2050 Kcal
22.04.2025	AÇIK BÜFE (PANKEK LABNE PEYNİR SİYAH ZEYTİN YEŞİL ZEYTİN TEREYAĞ BAL MEYVE ÇAYI)	MANTAR ÇORBASI TEPSİDE KUMPIR MEVSİM SALATA REVANİ	SUSAMLI POĞAÇA AYRAN	2200 Kcal
23.04.2025	23 NİSAN ULUSAL EGEMENLİK VE ÇOCUK BAYRAMI KUTLU OLSUN 😊			
24.04.2025	AÇIK BÜFE (KAŞARLI SANDVIÇ ÜÇGEN PEYNİR SİYAH ZEYTİN YEŞİL ZEYTİN TAHİN HELVASI VIŞNE REÇELİ KUŞBURNU ÇAYI)	DÜĞÜN ÇORBASI KURU FASULYE PİRİNÇ PILAVI CACIK	ÜZÜMLÜ KEK MEYVE ÇAYI	2000 Kcal
25.04.2025	AÇIK BÜFE (ÇİKOLATALI EKMEK BEYAZ PEYNİR SİYAH ZEYTİN YEŞİL ZEYTİN ÇİLEK REÇELİ KURU KAYISI SÜT)	(SÜRPRİZ MENÜ)	BAHARATLI ELMA DİLİM PATATES LİMONATA	2350 Kcal

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

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

Diyetisyen

E. Sude ÖZTÜRK