



İNGİLİZ KÜLTÜR KOLEJLERİ İLKOKUL YEMEK MENÜSÜ

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ KAHVALTISI	KALORİ (ORT)
03.02.2025	SEBZELİ PİZZA BEYAZ PEYNİR KURU ERİK KOKTEYL ZEYTİN VIŞNE REÇELİ BAL TEREYAĞ TAHİN HELVASI KIŞ ÇAYI	EZOĞELİN ÇORBASI SOSLU TAVUK BAGET SPAGETTİ AYRAN	HAVUÇLU TARÇINLI CUPCAKE	1950 Kcal
04.02.2025	ANKARA SİMİTİ HAŞLANMIŞ YUMURTA LABNE PEYNİR KOKTEYL ZEYTİN ÇİLEK REÇELİ BAL TEREYAĞ SÜT	DÜĞÜN ÇORBASI KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI KARIŞIK TURŞU	MOZAİK PASTA	1900 Kcal
05.02.2025	GÖZLEME KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL TEREYAĞ VIŞNE REÇELİ PORTAKAL MEYVE ÇAYI	TARHANA ÇORBASI ISPANAK YEMEĞİ SOSLU MAKARNA YOĞURT	SUSAMLI POĞAÇA	1800 Kcal
06.02.2025	PİŞİ MEYVELİ YOĞURT KURU ÜZÜM BEYAZ PEYNİR ÇİLEK REÇELİ BAL TEREYAĞ SİYAH ZEYTİN IHLAMUR	MERCİMEK ÇORBASI MEVSİM TÜRLÜ BULGUR PİLAVI CACIK	TAHİNLİ KURABIYE	1800 Kcal
07.02.2025	KAŞARLI OMLET KURU KAYISI VIŞNE REÇELİ BAL TEREYAĞ LABNE PEYNİR KOKTEYL ZEYTİN SÜT	SÜRPRİZ MENÜ	KAHKE	2000 Kcal

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

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

Gıda Mühendisi

Damla NAİLLİOĞLU ÇAVDAR

Diyetisyen

E. Sude ÖZTÜRK