



İNGİLİZ KÜLTÜR KOLEJLERİ İLKOKUL YEMEK MENÜSÜ

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ KAHVALTISI	KALORİ (ORT)
23.12.2024	ANKARA SİMİTİ LABNE PEYNİR VİŞNE REÇELİ SİYAH ZEYTİN PORTAKAL SÜT	MERCİMEK ÇORBASI MANTI-YOĞURT MEVSİM SALATA KEMALPAŞA TATLISI	MUZ SÜT	1900 kcal
24.12.2024	BALLI EKMEK HAŞLANMIŞ YUMURTA KURU KAYISI BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN MEYVE ÇAYI	TAVUKSUYU ÇORBASI NOHUT YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI KARIŞIK TURŞU	SUPANGLE MEYVE	1950 kcal
25.12.2024	GÖZLEME MEYVELİ YOĞURT LABNE PEYNİR ÇİLEK REÇELİ KOKTEYL ZEYTİN KIŞ ÇAYI	MANTAR ÇORBASI TAS KEBABI BULGUR PİLAVI MEYVE	SÜRPRİZ YENİ YIL TATLISI	2200 kcal
26.12.2024	PANKEK OMLET BEYAZ PEYNİR BAL SÖĞÜŞ SALATALIK SÜT	EZOĞELİN ÇORBASI İSPANAK YEMEĞİ SOSLU MAKARNA YOĞURT	POĞAÇA AYRAN	1900 kcal
27.12.2024	EKMEK BALIĞI TAHİN HELVASI KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN KURU ÜZÜM IHLAMUR	SÜRPRİZ MENÜ	DAMLA ÇİKOLATALI KURABİYE SÜT	2200 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