



## İNGİLİZ KÜLTÜR KOLEJLERİ İLKOKUL YEMEK MENÜSÜ

TARİH	KAHVAlTI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ KAHVALTISI	KALORİ (ORT)
13.01.2025	PEYNİRLİ SANDVIÇ MEYVELİ YOĞURT KOKTEYL ZEYTİN ÇİLEK REÇELİ PORTAKAL KIŞ ÇAYI	DÜĞÜN ÇORBASI YUMURTALI İSPANAK SOSLU MAKARNA YOĞURT	ZEBRA KEK SÜT	1850 kcal
14.01.2025	TAHİN PEKMEZLİ EKMEK HAŞLANMIŞ YUMURTA KURU KAYISI BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN SÜT	MERCİMEK ÇORBASI ANKARA TAVA MEVSİM SALATA KEMALPAŞA TATLISI	PATATESLİ POĞAÇA AYRAN	1950 kcal
15.01.2025	PANKEK LABNE PEYNİR BAL KOKTEYL ZEYTİN HAVUÇ DİLİMLERİ MEYVE ÇAYI	SEBZE ÇORBASI KIYMALI NOHUT PİRİNÇ PİLAVI KARIŞIK TURŞU	ÇİKOLATALI KİT KAT SÜT	1900 kcal
16.01.2025	GÖZLEME OMLET BEYAZ PEYNİR SİYAH ZEYTİN VIŞNE REÇELİ IHLAMUR	TARHANA ÇORBASI KÖRİ SOSLU TAVUK SPAGETTİ MEYVE	KARAMELLİ CHEESCAKE PORTAKAL SUYU	2050 kcal
17.01.2025	PASTANE SİMİTİ MEYVELİ YOĞURT KURU ÜZÜM KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN SÜT	<b>SÜRPRİZ MENÜ</b>	PEYNİRLİ PUF BÖREĞİ VIŞNE SUYU	2050 kcal

## İYİ TATİLLER ☺

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

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

Gıda Mühendisi

Diyetisyen

Damla NAİLLİOĞLU ÇAVDAR

E. Sude ÖZTÜRK