



## 2024 ARALIK AYI KAHVALTI VE İKİNDİ BESLENME LİSTESİ

		SABAH KAHVALTISI	İKİNDİ BESLENMESİ
2.12.2024	PAZARTESİ	Çubuk Peynir-Tereyağ-Siyah Zeytin-Bal-Sandviç Ekmeği-Süt	Muz
3.12.2024	SALI	Kaşar Peyniri-Yeşil Zeytin-Yumurtalı Ekmek-Vişne Reçeli-Kuşburnu-Sandviç	Mandalina
4.12.2024	ÇARŞAMBA	Çeçil Peyniri-Tahin Pekmez-Krep-Süt-Sandviç Ekmeği	Anjelika Erik
5.12.2024	PERŞEMBE	Burgu Peyniri-Reçel-Siyah Zeytin-Kaşarlı Tost-Ihlamur	Muffin Kek
6.12.2024	CUMA	Labne Peyniri-Patatesli Omlet-Yeşil Zeytin-Bal-Sandviç Ekmeği-Süt	Karışık Çerez
9.12.2024	PAZARTESİ	Mozzarella Peyniri-Siyah Zeytin-Haşlanmış Yumurta-Bal-Sandviç Ekmeği-Süt	Elma
10.12.2024	SALI	Kaşar Peyniri -Vişne Reçeli-Yeşil Zeytin-Yumurtalı Ekmek-Portakal Suyu-Sandviç Ekmeği	Portakal
11.12.2024	ÇARŞAMBA	Krem Peyniri-Tahin Pekmez-Siyah Zeytin-Pankek-Ihlamur-Sandviç Ekmeği	Kefir
12.12.2024	PERŞEMBE	Dil Peyniri-Reçel-Siyah Zeytin-Kalem Börek-Çeri Domates-Kuşburnu-Sandviç Ekmeği	Poğaç
13.12.2024	CUMA	Beyaz Peynir-Patatesli Yumurta-Yeşil Zeytin-Çilek Reçeli-Sandviç Ekmeği-Süt	Karışık Çerez
16.12.2024	PAZARTESİ	Çubuk Peynir-Tereyağ-Siyah Zeytin-Bal-Haşlanmış Yumurta-Sandviç Ekmeği-Süt	Armut
17.12.2024	SALI	Kaşar Peyniri-Çilek Reçeli-Yeşil Zeytin-Yumurtalı Ekmek-Portakal Suyu	Sokak Simiti
18.12.2024	ÇARŞAMBA	Çeçil Peyniri-Tahin Pekmez-Göz Yumurta-Sandviç Ekmeği-Süt	Muz
19.12.2024	PERŞEMBE	Dil Peyniri-Siyah Zeytin-Patates Tava-Meyve-Ihlamur-Bal-Sandviç Ekmeği	Mandalina
20.12.2024	CUMA	Peynirli Omlet-Yeşil Zeytin-Bal-Sandviç Ekmeği-Süt	Karışık Çerez
23.12.2024	PAZARTESİ	Çubuk Peynir-Tereyağ-Siyah Zeytin-Sandviç Ekmeği-Süt	Elma
24.12.2024	SALI	Kaşar Peyniri-Çilek Reçeli-Yeşil Zeytin-Yumurtalı Ekmek-Kuşburnu	Mozaik Pasta
25.12.2024	ÇARŞAMBA	Karper Peyniri-Kalem Börek-Tahin Pekmez-Siyah Zeytin-Sandviç Ekmeği-Ihlamur	Anjelika Erik
26.12.2024	PERŞEMBE	Dil Peyniri-Reçel-Kaşarlı Tost-Çeri Domates-Süt-Sandviç Ekmeği	Meyveli Süt
27.12.2024	CUMA	Beyaz Peynir-Yeşil Zeytin-Bal-Patates Tava-Sandviç Ekmeği-Süt	Meyveli Yaş Pasta
30.12.2024	PAZARTESİ	Labne Peyniri-Tereyağ-Siyah Zeytin-Haşlanmış Yumurta-Sandviç Ekmeği-Süt	Karışık Çerez
31.12.2024	SALI	Kaşar Peyniri-Çilek Reçeli-Yumurtalı Ekmek-Salatalık-Süt-Sandviç Ekmeği	Kefir



## 2024 ARALIK AYI ZEYTİNYAĞLI LİSTESİ

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
2.12.2024	3.12.2024	4.12.2024	5.12.2024	6.12.2024
Patates Salatası	Kısır	Tavuk Salatası	Yoğurtlu Brokoli	Kuru Cacık
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
9.12.2024	10.12.2024	11.12.2024	12.12.2024	13.12.2024
Zeytinyağlı Enginar	Acılı Ezme	Kabak Bastı	Zeytinyağlı Taze Fasulye	Haydari
16.12.2024	17.12.2024	18.12.2024	19.12.2024	20.12.2024
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
Soslu Patlıcan	Barbunya Pilaki	Pembe Sultan	Kereviz Salatası	Yoğurtlu Semizotu
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
23.12.2024	24.12.2024	25.12.2024	26.12.2024	27.12.2024
Kırmızı Pancar Turşusu	Zeytinyağlı Kereviz	Kısır	Mercimek Köftesi	Yoğurtlu Makarna
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
30.12.2024	31.12.2024			
Amerikan Salatası	Çikolatalı Kek			

Salata ve Zeytinyağlılarımız Açık Büfemizde Servis Edilmektedir.

Merol ARSLAN  
Şef

Aslıhan YILDIRIM  
Uzm.Diyetisyen



## 2024 ARALIK AYI YEMEK LİSTESİ

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
<b>2.12.2024</b>	<b>3.12.2024</b>	<b>4.12.2024</b>	<b>5.12.2024</b>	<b>6.12.2024</b>
Domates Çorba	Taze Fasulye Çorba	Tarhana Çorbası	Mercimek Çorba	Yayla Çorba
Et Döner	Kadınbuda Köfte	Etlı Bıber Dolma	Köri Soslu Piliç	Karnıyarık
Tereyağlı Piriñ Pilavı	Patates Püresi	Fırın Makarna	Penne Alfredo (Tavuksuz)	Sebzeli Piriñ Pilavı
Ayran	Salata Bar	Yođurt	Elma	Şekerpare
<b>460 kkal</b>	<b>500 kkal</b>	<b>520kkal</b>	<b>460kkal</b>	<b>530kkal</b>
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
<b>9.12.2024</b>	<b>10.12.2024</b>	<b>11.12.2024</b>	<b>12.12.2024</b>	<b>13.12.2024</b>
Mercimek Çorba	Yayla Çorba	Domates Çorba	Ezogelin Çorba	Asya Usulü Ispanak Çorba
Mezgit Tava	Dana Rosto	Mantarlı Piliç Sote Emense	Kayseri Mantısı	İzmir Köfte
Sebzeli Spaghetti	Özbek Pilavı (Etsiz)	Mozzarella Peynirli Lazanya	Sebzeye Kızartması (Tava)	Ankara Tavası (Etsiz)
Un Helvası	Ayran	Deveci Armut	Yođurt	Revani
<b>560kkal</b>	<b>510kkal</b>	<b>490kkal</b>	<b>510kkal</b>	<b>480kkal</b>
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
<b>16.12.2024</b>	<b>17.12.2024</b>	<b>18.12.2024</b>	<b>19.12.2024</b>	<b>20.12.2024</b>
Hint Usulü Mercimek Çorba	Minestrone Çorba	Şehriye Çorba	Sebzeli Domates Çorba	Yođurt Çorba
Etlı Kuru Fasulye	Buharda Somon Fileto	Etlı Kara Lahana Sarma	Piliç Şinitzel	Hasan Paşa Köfte
Tereyağlı Piriñ Pilavı	Pesto Soslu Makarna	Keşli Erişte (Haşlama)	Patates Sote	Peynirli Talaş Böređi
Karışık Turşu	Tahin Helvası	Yođurt	Ayran	Portakal
<b>490kkal</b>	<b>510kkal</b>	<b>510kkal</b>	<b>460kkal</b>	<b>560kkal</b>
<b>23.12.2024</b>	<b>24.12.2024</b>	<b>25.12.2024</b>	<b>26.12.2024</b>	<b>27.12.2024</b>
Mercimek Çorba	Brokoli Çorba	Domates Çorba	Ezogelin Çorba	Yayla Çorba
Etlı Nohut	Mantarlı Levrek Buđulama	Tavuk Döner	Eksili Köfte	Kıymalı Ispanak
Bulgur Pilavı	Penne Arabiata	Mısırlı Piriñ Pilavı	Acem Pilavı (Etsiz)	Peynirli Tepsi Böređi
Vişne Komposto	Muz	Ayran	Mandalina	Yođurt
<b>450kkal</b>	<b>540kkal</b>	<b>450kkal</b>	<b>560kkal</b>	<b>490kkal</b>
PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
<b>30.12.2024</b>	<b>31.12.2024</b>			
Mantar Çorba	Havuç Çorba			
Hamburger	Hindi Roti (Kestaneli)			
Patates Tava	İç Pilav			
Ayran	Cevizli ve Tahinli Kabak Tatlısı			
<b>500 kkal</b>	<b>495kkal</b>			

Salata ve Zeytinyağılarımız Açık Büfemizde Servis Edilmektedir.

Merol ARSLAN  
Şef

Aslıhan YILDIRIM  
Uzm.Diyetisyen