



KAHVALTI	Kcal	ÖĞLE YEMEK	Kcal	İKİNDİ	Kcal	KAHVALTI	Kcal	ÖĞLE YEMEK	Kcal	İKİNDİ	Kcal
1 HAZİRAN 2022 ÇARŞAMBA						17 HAZİRAN 2022 CUMA					
SALATALIK/DOMATES	204	EZOĞELİN ÇORBA	56	KAKAOLU KEK	220	BAL	30	EZOĞELİN ÇORBA	56	TOST	210
ZEYTİN	40	TÜRLÜ	210	ÇAY	10	PIŞI	550	TAZE FASULYE	273	AYRAN	10
PEYNİR	52	MAKARNA	286			PEYNİR	52	PIRINÇ PILAVI	130		
REÇEL	58	YOĞURT	58			ELMA ÇAYI	60	TATLI	100		
IHLAMUR ÇAYI	60					ZEYTİN	40				
2 HAZİRAN 2022 PERŞEMBE											
PEYNİR	52	TAVUK SUYU ÇORBA	112	TOST	200						
ZEYTİN	40	ORMAN KEBABI	180	AYRAN	10						
PEYNİRLİ OMLET	550	PIRINÇ PILAVI	359								
TAHİN PEKMEZ	84	MEYVE	10								
ELMA ÇAYI	10										
3 HAZİRAN 2022 CUMA											
PEYNİR	52	MERCİMEK ÇORBA	181	KURABIYE	210						
ZEYTİN	40	PATATES MUSAĞKA	172	LİMONATA	40						
PIŞI	204	MAKARNA	359								
REÇEL	58	YOĞURT	60								
IHLAMUR ÇAYI	10										
6 HAZİRAN 2022 PAZARTESİ											
TEREYAĞI	36	SEBZE ÇORBA	56	KEK	210						
ZEYTİN	40	NOHUT	308	ÇAY	10						
IHLAMUR ÇAYI	10	BULGUR PILAVI	286								
PEYNİR	52	CACIK	45								
REÇEL	30										
7 HAZİRAN 2022 SALI											
PEYNİR	52	DOMATES ÇORBA	56	ÇÖREKOTLU KURABIYE	100						
ZEYTİN	40	TAVUK DÖNER	273	LİMONATA	40						
BAL	550	PIRINÇ PILAVI	130								
KUŞBURNU ÇAYI	10	SALATA	58								
TEREYAĞI	58										
8 HAZİRAN 2022 ÇARŞAMBA											
POĞAÇA	302	TAVUK SUYU ÇORBA	112	TOST	331						
ZEYTİN	40	BİBER DOLMASI	308	AYRAN	10						
PEYNİR	52	MAKARNA	286								
TAHİN PEKMEZ	84	YOĞURT	100								
ELMA ÇAYI	10										
9 HAZİRAN 2022 PERŞEMBE											
PEYNİR	52	MANTAR ÇORBA	94	MEYVE	100						
ZEYTİN	40	PÜRELİ ROSTO KÖFTE	273								
REÇEL	58	BULGUR PILAVI	130								
KUŞBURNU ÇAYI	10	TATLI	58								
PIŞI	204										
10 HAZİRAN 2022 CUMA											
PEYNİR	52	MERCİMEK ÇORBA	56	KEK	100						
ZEYTİN	40	BEZELYE	347	LİMONATA	40						
HAVUÇ / SALATALIK	25	PIRINÇ PILAVI	359								
TAHİN PEKMEZ	84	MEYVE	60								
KAKAOLU SÜT	60										
13 HAZİRAN 2022 PAZARTESİ											
TEREYAĞI	36	TAVUK SUYU ÇORBA	112	KURABIYE	210						
ZEYTİN	40	NOHUT	172	ÇAY	10						
ELMA ÇAYI	10	BULGUR PILAVI	286								
PEYNİR	52	CACIK	58								
BAL	30										
14 HAZİRAN 2022 SALI											
PEYNİRLİ OMLET	180	SEBZE ÇORBA	181	MEYVE	100						
ZEYTİN	40	BAGET	285								
ELMA ÇAYI	10	PIRINÇ PILAVI	359								
PEYNİR	52	SALATA	58								
TAHİN PEKMEZ	84										
15 HAZİRAN 2022 ÇARŞAMBA											
HAVUÇ / SALATALIK	25	MERCİMEK ÇORBA	56	ÜZÜMLÜ KEK	200						
ZEYTİN	40	MANTI	172	KUŞBURNU ÇAYI	10						
TEREYAĞI	36	KARIŞIK KIZARTMA	359								
PEYNİR	52	YOĞURT	58								
BAL	30										
16 HAZİRAN 2022 PERŞEMBE											
PEYNİR	52	SEBZE ÇORBA	56	KURABIYE	210						
ZEYTİN	40	TEPSİ KÖFTE	273	LİMONATA	40						
PATATESLİ OMLET	260	MAKARNA	359								
SIYAH ÇAY	60	YOĞURT	58								
REÇEL	58										

HAZİRAN 2022

