

YEŞİLYURT AÇI KOLEJİ MART AYI YEMEK MENÜSÜ

		1.03.2023	2.03.2023	3.03.2023
		KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI
		Çıtır Börek	Patates Graten	Hamur Topları
		Zeytin, Reçel, Yeşillik	Beyaz Peynir, Zeytin	Krem Peynir, Zeytin,
		Krem Peynir, Kuru Üzüm	Kayısı, Çikolata Kreması	Bal, Havuç ,Salatalık
		Ballı Süt	Böğürtlen Çayı	Kuşburnu
		ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN
		Mantar Çorbası	Terbiyeli Tavuk Çorbası	Ezogelin Çorbası
		Pirinçli Ispanak	Sebzeli Barbunya	Orman Kebabı
		Kelebek Makarna	Mısırlı Pirinç Pilavı	Arpa Şehriye Pilavı
		Yoğurt	Ev Usulu Turşu	Zeytinyağlı Brokoli
		Kabak Mücver	Salatbar	Cacık
		İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
		Kaşarlı Sandviç	Mevsim Meyvesi , Popcorn	Meyveli Cup
		Toplam kalori:1386 cal	Toplam kalori:1333 cal	Toplam kalori:1036 cal
6.03.2023	7.03.2023	8.03.2023	9.03.2023	10.03.2023
KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI
Simit	Omlet, Haşlama Yumurta	Peynirli Omlet	Krep	Su Böreği
Beyaz Peynir, Zeytin	Zeytin, Peynir,Meyve	Zeytin, Krem Peynir	Beyaz Peynir,Zeytin,Meyve	Kayısı, Krem Peynir
Havuç, Reçel,Kayısı	Havuç, Tahin Pekmez	Reçel, Salatalık,Kuru Üzüm	Salatalık, Kuru üzüm	Salatalık, Reçel, Zeytin
Ihlamur	Böğürtlen Çayı	Bitki Çayı	Çikolata Kreması	Kuşburnu
ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN (YÖRESEL TATLAR-TEKİRDAĞ)
Süzme Mercimek Çorbası	Domates Çorbası	Tarhana Çorbası	Şehriye Çorbası	Yayla Çorbası
Taze Fasulye	Hamburger	Sebzeli Tavuklu Tantuni	Etlı Nohut	Tekirdağ Köftesi
Patatesli Börek	Fırın Patates	Ayran	Pirinç Pilavı	Sebzeli Bulgur Pilavı
Cacık	Salatbar	Revani	Turşu	Mevsim Salatası
Salatbar	El Yapımı Limonata	Salatbar	Havuç Tarator	Pıyaz
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
Mevsim Meyvesi	Çikolatalı Kruvasan	Mevsim meyvesi	Beyaz peynirli sandviç	Kakaolu Kek, Süt
Toplam kalori:1170 cal	Toplam kalori:1236 cal	Toplam kalori:1229 cal	Toplam Kalori:1220	Toplam kalori:1230
13.03.2023	14.03.2023	15.03.2023	16.03.2023	17.03.2023
KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI
Omlet,Haşlama Yumurta	Nesquik	Kaşarlı Ekmek	Patates Graten	Hamur Topları
Zeytin, Labne Peynir,	Omlet, Zeytin, Beyaz Peynir, Yeşillik	Labne Peynir, Zeytin, Çikolata Kreması	Zeytin, Krem Peynir, Kayısı	Kayısı, Krem Peynir, Meyve
Kuru üzüm, Salatalık Havuç	Salatalık, Tahin Pekmez	Havuç, Salatalık,Kuru Üzüm	Beyaz Peynir, Meyve	Salatalık, Reçel, Zeytin
Bitki Çayı	Bitki çayı	Böğürtlen Çayı	Ihlamur	Süt
ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN
Domates Çorbası	Süzme Mercimek Çorbası	Tarhana Çorbası	Yayla Çorbası	Ezogelin Çorbası
Mantı	İzmir Köfte	Nugget	Sebzeli Bezelye	Ekmek Arası Tavuk Döner
Patates Salatası	Pirinç Pilavı	Soslu Makarna	Tavuklu Pilav	Patates
Ev Yapımı Turşu	Cacık	El Yapımı Limonata	Cacık	Ayran
Yoğurt	Salatbar	Salatbar	Havuç Tarator	Salatbar
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
Kaşarlı Sandviç	Çörekotlu Kurabiye	Mevsim Meyvesi	Mozaik Kek, Popcorn	Mevsim Meyvesi
Toplam kalori:1230	Toplam kalori:1230	Toplam kalori:1440 cal	Toplam kalori:1240	Toplam kalori:1230
20.03.2023	21.03.2023	22.03.2023	23.03.2023	24.03.2023
KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI
Çıtır Börek	Simit	Omlet,Haşlama Yumurta	Hamur Topları	Krep
Kayısı, Krem Peynir	Zeytin, Beyaz Peynir, Yeşillik	Zeytin, Krem Peynir	Krem Peynir, Zeytin	Krem Peynir, Zeytin
Salatalık, Reçel, Zeytin	Salatalık, Reçel, Zeytin	Peynir, Reçel, Yeşillik,Portakal	Bal, Havuç,Kayısı	Bal, Havuç,Kayısı
Böğürtlen çayı	Böğürtlen çayı	Ihlamur	Kuşburnu	Kuşburnu
ÖĞLEN (ÖĞRETMENİM MUTFAKTA NAROD SAHAKOĞLU)	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN
Mantar Çorbası	Ezogelin Çorbası	Süzme Mercimek Çorbası	Şehriye Çorbası	Terbiyeli Tavuk Çorbası
İsveç Köfte	Köri Soslu Tavuk	Hamburger	Kuru Fasulye	Kıymalı Patates Musakka
Domatesli Bulgur Pilavı	Soslu Makarna	Fırın Patates	Pirinç Pilavı	Kuskus
Havuç Tarator	Cacık	El Yapımı Limonata	Karışık Turşu	Cacık
Salatbar	Zeytinyağlı Brokoli	Salatbar	Salatbar	Zeytinyağlı Pirasa
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
Mevsim Meyvesi	Meyveli kek, Süt	Mevsim meyvesi	Supangle	Peynirli Milföy böreği
Toplam kalori:1230	Toplam kalori:1230	Toplam kalori:1404 cal	Toplam kalori:1230	Toplam kalori:1699 cal

27.03.2023	28.03.2023	29.03.2023	30.03.2023	31.03.2023
KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI
Açma	Tost	Çıtır Börek	Simit	Omlet
Kayısı, Krem Peynir	Kayısı, Krem Peynir	Kayısı, Krem Peynir	Kayısı, Krem Peynir	Kaşar, Kayısı, Havuç
Salatalık, Reçel, Zeytin	Salatalık, Bal, Zeytin	Salatalık, Tahin Pekmez, Zeytin	Salatalık, Çikolata, Zeytin	Salatalık, Reçel, Zeytin
Böğürtlen çayı	Bitki Çayı	Kuşburnu	Ihlamur	Böğürtlen çayı
ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN
Ezogelin Çorbası	Mantar Çorbası	Süzme Mercimek Çorbası	Terbiyeli Şehriye Çorbası	Terbiyeli Tavuk Çorbası
Ispanak Yemeği	Etlı Nohut Yemeği	Şinitzel	Misket Köfte	Yeşil Mercimek Yemeği
Soslu Makarna	Tel Şehriyeli Pilav	Spagetti	Domatesli Bulgur Pilavı	Domatesli Bulgur Pilavı
Havuç Tarator	Turşu	Havuç Tarator	Salatbar	Yoğurtlu Kereviz
Salatabar	Salatbar	El Yapımı Limonata	Cacık	Salatbar
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
Tuzlu kurabiye	Mevsim Meyvesi	Kruvasan	Havuçlu Kek,Süt	Mevsim Meyvesi
Toplam kalori:1230	Toplam kalori:1230	Toplam kalori:1230	Toplam kalori:1230	Toplam kalori:1230

Gıda Teknikeri

Melek Yüksel

Okul Temsilcisi

Defne Deniz Çınar

Okul Temsilcisi Yardımcısı

Efe Uysal

Yemekhane Komisyon Başkanı

Grace Granger

Baş Aşçı

Melek Saatçi

Yetkili

Sedef Özçiçek

BOZDOĞANLAR GIDA

GEDİK TAVUKÇULUK

SEBZE MEYVE HALİ

ÜRÜN MARKALARI

İÇİM-ÜLKER- SEYİTOĞLU- LEZİTA

FİLİZ MAKARNA- ANKARA MAKARNA

TAMEK- KOMİLİ- LIPTON

NESTLE- ERİŞ UN-TAT

BİRYAĞ- BALCI ZEYTİNCİLİK

TEDARİKÇİ FIRMA

BOZDOĞANLAR GIDA

ARTTEK GIDA SANAYİ VE TİCARET LİMİTED ŞİRKETİ

DONUK FASULYE-KARNABAHAAR-BEZELYE-ŞİNİTZEL

HAMBURGER KÖFTE-KÖFTE-KUŞBAŞI-TAVUK-NUGGET

GÜNLÜK YEŞİLLİK-SEBZE-MEYVE

İÇERİK

YOĞURT-SÜT-KAŞAR

KREM PEYNİR-LABNE-BEYAZ PEYNİR

REÇEL-BAL-TAHİN/PEKMEZ

ŞİNİTZEL- MAKARNA ÇEŞİTLERİ

SALÇA-ZEYTİNYAĞI- ÇAY ÇEŞİTLERİ

MISIR GEVREĞİ- UN- SALÇA

ZEYTİN- SIVIYAĞ

