

YEŞİLYURT AÇI KOLEJİ EKİM AYI YEMEK MENÜSÜ

3.10.2022	4.10.2022	5.10.2022	6.10.2022	7.10.2022
KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI
Omlet, Haşlama Yumurta	Simit	Fırın Patates	Krep	Patatesli Omlet
Labne peynir, Zeytin,	Krem Peynir, Zeytin	Peynir,Zeytin, T.Pekmez	Peynir,Zeytin	Labne Peynir, Zeytin
Domates,Bal,Havuç	Kuru Üzüm,Havuç,Domates	Kayısı,Domates,Salatalık	Domates,Bal,Havuç,Salatalık	Havuç, Reçel,Salatalık
Bitki Çayı	Ihlamur	Kuşburnu	Böğürtlen Çayı	Ihlamur
ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN
Süzme Mercimek Çorbası	Tavuk Çorbası	Ezogelin Çorbası	Tarhana Çorbası	Domates Çorbası
Snitzel	Yeşil Mercimek Yemeği	Ekşili Köfte	Gemici Usulu Kuru Fasulye	Ispanak
Soslu Makarna	Peynirli Börek	Tel Şehriyeli Pirinç Pilavi	Tavuklu Bulgur Pilavi	Kuskus
Karpuz	Cacık	El Yapımı Limonata	Yoğurt	Salatbar
Salatbar	Salatbar (Kısır)	Salatbar(Patlıcan Salatası)	Salatbar	Cacık
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
Kaşar Peynirli Sandviç	Mevsim Meyvesi	Kakaolu Kek	Tuzlu Kurabiye	Çikolatalı Kruvasan
Toplam kalori:1404 cal	Toplam kalori:1699 cal	Toplam kalori:1386 cal	Toplam kalori:1333 cal	Toplam kalori:1466 cal
10.10.2022	11.10.2022	12.10.2022	13.10.2022	14.10.2022
KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI
Omlet, Haşlama Yumurta	Simit	Peynirli Omlet	Krep	Nesquik
Zeytin, Labne Peynir	Krem Peynir, Zeytin	Zeytin, Reçel, Domates	Beyaz Peynir, Zeytin	Omlet, Zeytin, Peynir
Peynir, Reçel, Yeşillik	Bal, Havuç,Salatalık	K.Peynir, Kuru Üzüm	Kayısı, Pekmez,Domates	Bal, Havuç,Salatalık
Ihlamur	Kuşburnu	Bitki Çayı	Böğürtlen Çayı	Kuşburnu
ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN
Süzme Mercimek Çorbası	Şehriye Çorbası	Tarhana Çorbası	Yoğurtlu Buğday Çorbası	Ezogelin Çorbası
Sebzeli Bezelye	Sebzeli Tavuk sote	Taze Fasulye	Zeytin Yağlı Barbunya	Kıymalı Patates Musakka
Tel Şehriyeli Pirinç Pilavi	Fırın Makarna	Sebzeli Bulgur Pilavi	Pirinç Pilavi	Soslu Makarna
Cacık	Yoğurt	Yoğurt	Ev Usulu Turşu	Salatbar
Salatbar	Salatbar (Zeytinyağlı Brokoli)	Salatbar	Salatbar	Cacık
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
Tahin pekmezli sandviç	Supangle	Mevsim Meyvesi	Havuçlu Kek	Mini Sandviç
Toplam kalori:1404 cal	Toplam kalori:1699 cal	Toplam kalori:1386 cal	Toplam kalori:1333 cal	Toplam kalori:1036 cal
17.10.2022	18.10.2022	19.10.2022	20.10.2022	21.10.2022
KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI
Hamur Topları	Simit	Omlet	Menemen	Peynirli omlet
Beyaz Peynir, Zeytin	Zeytin, Beyaz Peynir	Zeytin, Labne Peynir	Yeşil Zeytin ,Kaşar Peynir	Kayısı, Krem Peynir
Havuç, Reçel,Salatalık	Havuç, Tahin Pekmez,Domates	Reçel, Kuru üzüm, Havuç	Kayısı, Reçel ,Havuç	Salatalık, Reçel, Zeytin
Ihlamur	Bitki çayı	Bitki Çayı	Ihlamur	Böğürtlen çayı
ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN
Düğün Çorbası	Tarhana Çorbası	Yarma Çorbası	Süzme Mercimek Çorbası	Ezogelin Çorbası
Mevsim Türülsü	Mantı	Nohut Yemeği	İzmir Köfte	Fırın Tavuk
Soslu Makarna	Yoğurt	Tavuklu Pilav	Domatesli Bulgur Pilavi	Spagetti
Yoğurt	ZeytinYağlı Brokoli	Turşu	Salatbar	Ayran
Salatbar	Patates salatası	Salatbar	Yoğurt	Salatbar
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
Mozaik Pasta	Mevsim Meyvesi	Peynirli Börek	Tuzlu Kurabiye	Mozaik Kek
Toplam kalori:1170 cal	Toplam kalori:1236 cal	Toplam kalori:1229 cal	Toplam kalori:1448 cal	Toplam kalori:1197 cal
24.10.2022	25.10.2022	26.10.2022	27.10.2022	28.10.2022
KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI	KAHVALTI
Omlet	Nesquik	Fırında Patates	Krep	Patatesli Omlet
Kaşar Peynir, Zeytin	Yeşil Zeytin, Kaşar Peynir	Zeytin, Labne Peynir	Zeytin, Beyaz Peynir	Kayısı, Krem Peynir
Havuç, Reçel,Domates	Kayısı, Bal, Domates	Reçel, Kuru üzüm, Havuç	Salatalık, Tahin Pekmez	Salatalık, Reçel, Zeytin
Ihlamur	Ihlamur	Bitki Çayı	Bitki çayı	Süt
ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN	ÖĞLEN- YÖRESEL TATLAR(MERSİN)	ÖĞLEN
Sebze Çorbası	Şehriye Çorbası	Domates Çorbası	Süzme Mercimek Çorbası	Tarhana Çorbası
Taze Fasulye	Hamburger	Sebzeli Barbunya	Tavuk Tantuni	Mantı
Tavuklu Erişte Salatası	Fırın Patates	Arpa Şehriyeli Pirinç Pilavi	Ayran	Yoğurt
Mevsim Meyvesi	Salatbar	Cacık	Ev Yapımı Turşu	Salatbar
Salatbar	Ayran	Salatbar(Havuç Tarator)	Salatbar (Kısır)	Mevsim Meyvesi
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	TATİL
Kaşarlı Tost	Mevsim Meyvesi	Tahin Pekmezli Sandviç	Hindistan Cevizli Kurabiye	
Toplam kalori:1440 cal	Toplam kalori:1184 cal	Toplam kalori:1507 cal	Toplam kalori:1286 cal	Toplam kalori:1184 cal

31.10.2022

KAHVATI

Peynirli Omlet

Kaşar Peynir, Zeytin

Havuç, Reçel, Domates

Ihlamur

ÖĞLEN

(ÖĞRETMENİM

MUTFAKTA)GRACE-SARAH

Süzme Mercimek Çorbası

Köri Soslu Tavuk

Mısırlı Pirinç Pilavı

Yoğurt

Salatbar

İKİNDİ

Meyveli Cup

Toplam kalori:1440 cal

Gıda Teknikeri

Melek Yüksel

Yemekhane Komisyonu Başkanı

Gözde Alagöz

Baş Aşçı

Melek Saatçi

**Menüde olası sebeplerden dolayı değişiklikler yapılabilmektedir.*

TEDARİKÇİ FİRMA

BOZDOĞANLAR GIDA

BİLAL KASAP

SEVAL GIDA

İSTANBUL KASAP

SEBZE MEYVE HALİ

ÜRÜN MARKALARI

İÇİM-ÜLKER- SEYİTOĞLU- LEZİTA

FİLİZ MAKARNA- ANKARA MAKARNA

TAMEK- KOMİLİ- LIPTON

NESTLE- ERİŞ UN-TAT

BİRYAĞ- BALCI ZEYTİNCİLİK

TEDARİKÇİ FİRMA

BOZDOĞANLAR GIDA

ARTTEK GIDA SANAYİ VE TİCARET LİMİTED ŞİRKETİ

ALINAN ÜRÜNLER

PİRİNÇ-MERCİMEK-NOHUT-FASULYE

KÖFTE-KUŞBAŞI-TAVUK

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