



## ÖZEL SULTAN FATİH EĞİTİM KURUMLARI ARALIK 2018 YEMEK MENÜSÜ

1. YEMEK

2. YEMEK

SEÇMELİ 3. YEMEK

SEÇMELİ 4. YEMEK

SEÇMELİ 5. YEMEK

KALORİ

KALORİ

KALORİ

KALORİ

3.12.2018	ŞEHRİYE ÇORBASI	106	DALYAN KÖFTE	327	MAKARNA	258	PİRİNÇ PİLAVI	336	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
4.12.2018	SEBZE ÇORBASI	115	ETLİ NOHUT	348	PİRİNÇ PİLAVI	336	MAKARNA	258	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
5.12.2018	MERCİMEK ÇORBASI	172	PATATES OTURTMA	360	BÖREK	258	PİRİNÇ PİLAVI	336	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
6.12.2018	YOĞURT ÇORBASI	124	TAVUK TANTUNİ	343	BULGUR PİLAVI	300	ERİŞTE	258	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
7.12.2018	OSMANLI ÇORBASI	122,4	ÇÖKERTME KEBABI	387	MAKARNA	258	PİRİNÇ PİLAVI	336	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
10.12.2018	DOMATES ÇORBASI	114,8	BEYAZ LAHANA SARMASI	270	MAKARNA			258	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
11.12.2018	MERCİMEK ÇORBASI	163	ET DÖNER	492	PİRİNÇ PİLAVI			336	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
12.12.2018	DÜĞÜN ÇORBASI	168	BEŞAMEL SOSLU KARNABAHAAR	200	BÖREK	252	ERİŞTE	258	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
13.12.2018	TARHANA ÇORBASI	121	PİLİÇ BAGET	402	BULGUR PİLAVI	300	MAKARNA	258	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
14.12.2018	KREMALİ MANTAR ÇORBASI	180	KURU FASULYE	325	MAKARNA	258	PİRİNÇ PİLAVI	336	TATLI BÜFESİ	MEYVE	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
17.12.2018	YAYLA ÇORBASI	124	IZGARA KÖFTE	350	PİRİNÇ PİLAVI	336	MAKARNA	258	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
18.12.2018	EZOĞELİN ÇORBASI	172	SEBZELİ TÜRLÜ	350	MAKARNA	258	PİRİNÇ PİLAVI	336	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
19.12.2018	ŞEHRİYE ÇORBASI	106	BALIK	448	MAKARNA			258	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
20.12.2018	DÜĞÜN ÇORBASI	168	BEŞAMEL SOSLU İSPANAK	250	FİRİN MAKARNA	258	KUSKUS	258	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
21.12.2018	BROKOLİ ÇORBASI	121	TAS KEBABI	348	MAKARNA	258	PİRİNÇ PİLAVI	336	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
24.12.2018	EZOĞELİN ÇORBASI	172	KURU KÖFTE	350	PİRİNÇ PİLAVI	336	MAKARNA	258	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
25.12.2018	YOĞURT ÇORBASI	124	ETLİ NOHUT	348	PİRİNÇ PİLAVI	336	MAKARNA	258	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
26.12.2018	DOMATES ÇORBASI	114,8	TAVUK DÖNER	392	PİRİNÇ PİLAVI			336	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
27.12.2018	MERCİMEK ÇORBASI	163	SEBZE GRATEN	235	BÖREK	262	MAKARNA	258	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK
28.12.2018	YAYLA ÇORBASI	124	PÜRELİ ET SOTE	400	ERİŞTE	258	PİRİNÇ PİLAVI	336	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	ZEYTİNYAĞLI	SALATA	YOĞURT&CACIK



## ÖZEL SULTAN FATİH EĞİTİM KURUMLARI ARALIK 2018 KAHVALTI MENÜSÜ

3.12.2018	PAZARTESİ	SİMİT	KREM PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	SÜT	MEYVE
4.12.2018	SALI	HAŞLANMIŞ YUMURTA	KAŞAR PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	BAL	ÇAY	TUZLU ÇUBUK
5.12.2018	ÇARŞAMBA	PATATESLİ KOL BÖREĞİ	BEYAZ PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	REÇEL	ÇAY	MEYVE
6.12.2018	PERŞEMBE	POĞAÇA	KREM PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	SÜT	PUDİNG
7.12.2018	CUMA	PATATES KIZARTMASI	BEYAZ PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	BAL	ÇAY	MEYVE

10.12.2018	PAZARTESİ	AÇMA	KREM PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	REÇEL	ÇAY	MEYVE
11.12.2018	SALI	OMLET	KAŞAR PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	SÜT	ÇATAL
12.12.2018	ÇARŞAMBA	TOST	KAŞAR PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	BAL	IHLAMUR	MEYVE
13.12.2018	PERŞEMBE	PATATES KIZARTMASI	BEYAZ PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	SÜT	KURABIYE
14.12.2018	CUMA	PİŞİ	KREM PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	REÇEL	ÇAY	MEYVE

17.12.2018	P.TESİ	POĞAÇA	KREM PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	BAL	SÜT	MEYVE
18.12.2018	SALI	YUMURTALI PATATES	KAŞAR PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	REÇEL	ÇAY	ÇEREZ
19.12.2018	ÇARŞAMBA	KALEM BÖREĞİ	BEYAZ PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	SÜT	MEYVE
20.12.2018	PERŞEMBE	HAŞLANMIŞ YUMURTA	KAŞAR PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	REÇEL	ADA ÇAYI	KEK
21.12.2018	CUMA	SUCUK	BEYAZ PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	ÇAY	MEYVE

24.12.2018	PAZARTESİ	SİMİT	KREM PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	REÇEL	IHLAMUR	MEYVE
25.12.2018	SALI	PATATES KIZARTMASI	KAŞAR PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	ÇAY	TUZLU KURABIYE
26.12.2018	ÇARŞAMBA	SANDVIÇ	BEYAZ PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	BAL	SÜT	MEYVE
27.12.2018	PERŞEMBE	OMLET	KAŞAR PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	REÇEL	IHLAMUR	PASTA
28.12.2018	CUMA	SANDVIÇ	BEYAZ PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	SÜT	MEYVE

31.12.2018	PAZARTESİ	AÇMA	KREM PEYNİR	DOMATES SALATALIK	ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	SÜT	MEYVE
------------	-----------	------	-------------	-------------------	--------	--------------	-----	-------

BERRA NUR KONUK  
GIDA MÜHENDİSİ

ENVER İSTİF  
OKUL MÜDÜRÜ