



ÖZEL SULTAN FATİH EĞİTİM KURUMLARI OCAK 2018 KAHVALTI MENÜSÜ

TARİH	KAHVALTI MENÜSÜ						İKİNDİ ARA ÖĞÜN	KALORİ
2.01.2018	SALI	YUMURTA	SALAM	TEREYAĞI	BAL	KIŞ ÇAYI	ÇİKOLATALI KURABİYE VE SÜT	350
3.01.2018	ÇARŞAMBA	KARIŞIK TOST	SİYAH ZEYTİN	ROKA	HELVA	SÜT	ANNE KEKİ VE KOMPOSTO	320
4.01.2018	PERŞEMBE	PEYNİRLİ POĞAÇA	YEŞİL ZEYTİN	BURGU PEYNİR	TAHİN PEKMEZ	IHLAMUR	VELİ GÜNÜ	
5.01.2018	CUMA	ISPANAKLI BÖREK	KAŞAR PEYNİR	YEŞİL ZEYTİN	FINDIK KREMASI	ELMA ÇAYI	AMERİKAN SALATA VE MEYVE	260
8.01.2018	PAZARTESİ	YUMURTA	SALAM	SİYAH ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	ÇAY	FINDIKLI KURABİYE VE SÜT	260
9.01.2018	SALI	PEYNİRLİ POĞAÇA	BEYAZ PEYNİR	YEŞİL ZEYTİN	FINDIK KREMASI	KIŞ ÇAYI	ISPANAKLI KEK VE HOŞAF	280
10.01.2018	ÇARŞAMBA	YUMURTALI EKMEK	BURGU PEYNİR	KUZU KULAĞI	HELVA	SÜT	GÜL BÖREĞİ VE ÇAY	320
11.01.2018	PERŞEMBE	PATATESLİ YUMURTA	KREM PEYNİR	BAL	TEREYAĞI	IHLAMUR	VELİ GÜNÜ	
12.01.2018	CUMA	PEYNİRLİ BÖREK	SİYAH ZEYTİN	BURGU PEYNİR	REÇEL	BÖĞÜRTLEN ÇAYI	MAKARNA SALATASI VE MEYVE	270
15.01.2018	PAZARTESİ	YUMURTA	KREM PEYNİR	SİYAH ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	ÇAY	BADEMLİ KURABİYE VE SÜT	320
16.01.2018	SALI	OTLU POĞAÇA	KÖY PEYNİRİ	YEŞİL ZEYTİN	HELVA	KIŞ ÇAYI	HAVUÇLU CEVİZLİ KEK VE ÇAY	200
17.01.2018	ÇARŞAMBA	KAŞAR PEYNİRLİ TOST	SİYAH ZEYTİN	DEREOTU	FINDIK KREMASI	SÜT	PAÇANGA BÖREĞİ VE KOMPOSTO	295
18.01.2018	PERŞEMBE	OMLET	BURGU PEYNİR	TEREYAĞI	BAL	IHLAMUR	VELİ GÜNÜ	
19.01.2018	CUMA	MİLFÖY BÖREK	SİYAH ZEYTİN	ÖRGÜ PEYNİR	FINDIK KREMASI	NANE LİMON	GELİN PASTASI	250

HAZIRLAYAN
GIDA MÜHENDİSİ
KÜBRA UĞUZKÜRTÜNCÜ

ONAYLAYAN
OKUL MÜDÜRÜ
EMRE YILDIRIM



ÖZEL SULTAN FATİH EĞİTİM KURUMLARI OCAK 2018 YEMEK MENÜSÜ

	1. YEMEK		2. YEMEK		3. YEMEK SEÇMELİ				4. YEMEK		5. YEMEK		
	KALORİ		KALORİ		KALORİ		KALORİ		KALORİ		KALORİ		
2.01.2018	TARHANA ÇORBA	121	SUCUKLU KURU FASULYE	330	PİRİNÇ PİLAVI	336	ERİŞTE	258	TULUMBA	338	CACIK	42	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
3.01.2018	BROKOLİ ÇORBASI	115	PİLİÇ ŞİŞ	343	MAKARNA	258	BULGUR PİLAVI	300	MEYVE	80	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
4.01.2018	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI	106	ISPANAK GRATEN	245	GÜL BÖREĞİ	262	MAKARNA	258	DAMLA SAKIZLI MUHALLEBİ	310	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
5.01.2018	MERCİMEK ÇORBA	163	ET DÖNER	492	PİRİNÇ PİLAVI			336	AYRAN	67	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
8.01.2018	EZOĞELİN ÇORBASI	172	ORMAN KEBABI	347	PİRİNÇ PİLAVI	336	MAKARNA	258	MEYVE	80	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
9.01.2018	YAYLA ÇORBA	124	PATATES MUSAKKA	360	BULGUR PİLAVI	300	MAKARNA	258	KEMALPAŞA	300	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
10.01.2018	MERCİMEK ÇORBA	163	KREMA PİLİÇ SOTE	333	PİRİNÇ PİLAVI	336	ERİŞTE	258	VİŞNE KOMPOSTO	177	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
11.01.2018	TAVUK SUYU ÇORBASI	138	LAHANA DOLMA	270	GÜL BÖREĞİ	262	MAKARNA	258	ÇİKOLATALI PUDİNG	205	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
12.01.2018	KAŞARLI DOMATES ÇORBASI	115	ÇİTİR BALIK	448	MAKARNA	258	ELMA DİLİM PATATES	300	MEYVE SUYU	98	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
15.01.2018	TARHANA ÇORBASI	121	ETLİ NOHUT	348	PİRİNÇ PİLAVI	336	MAKARNA	258	PEYNİR TATLISI	336	CACIK	42	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
16.01.2018	HAVUÇ ÇORBA	118	MİTİTE KÖFTE	348	BULGUR PİLAVI	300	ERİŞTE	258	ÜZÜM HOŞAFI	180	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
17.01.2018	MERCİMEK ÇORBASI	163	KAPUSKA GRATEN	248	GÜL BÖREĞİ	262	MAKARNA	258	FIRIN SÜTLAÇ	284	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
18.01.2018	YOĞURT ÇORBASI	124	GÜVEÇ	350	ÇERKEZ PİLAVI	348	FIRIN MAKARNA	335	MEYVE	80	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI
19.01.2018	DOMATES ÇORBASI	115	GORDON BLEU	402	MAKARNA	258	PARMAK PATATES	300	MEYVE SUYU	98	YOĞURT	33	SALATA BÜFESİ VE ZEYTİNYAĞLI

HAZIRLAYAN
GIDA MÜHENDİSİ
KÜBRA UĞUZKÜRTÜNCÜ

ONAYLAYAN
OKUL MÜDÜRÜ
H. EMRE YILDIRIM