



İNGİLİZ KÜLTÜR KOLEJLERİ ORTAOKUL YEMEK MENÜSÜ

TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ KAHVALTISI	KALORİ (ORT)
16.06.2025	TARHANA ÇORBASI TAZE FASULYE PİRİNÇ PILAVI CACIK	BAHARATLI ELMA DİLİM PATATES KARIŞIK MEYVE SUYU	1650 Kcal
17.06.2025	EZOĞELİN ÇORBASI MANTI&YOĞURT MEVSİM SALATA KEMALPAŞA TATLISI	MEYVE SÜT	1800 Kcal
18.06.2025	SÜZME MERCİMEK ÇORBASI KIYMALI YAZ TURLÜSÜ BULGUR PILAVI YOĞURT	KAKAOLU KEK VIŞNE SUYU	1700 Kcal
19.06.2025	MISIR UNU ÇORBASI ÇITIR TAVUK SOSLU SPAGETTİ AYRAN	ZEYTİNLİ POĞAÇA LİMONATA	1750 Kcal
20.06.2025	KARNE GÜNÜ ☺		

****MENÜLER ÖĞRENCİLERİMİZİN GÜNLÜK BESLENME İHTİYAÇLARINA GÖRE HAZIRLANMIŞ OLUP, KALORİ DEĞERLERİ PORSİYONLAMAYA DİKKAT EDİLEREK HESAPLANMIŞTIR

****AYRAN, MEYVE ÇAYI, KOMPOSTO VB. İÇECEKLERİMİZ EL YAPIMIDIR.

Diyetisyen

E. SUDE ÖZTÜRK