



İNGİLİZ KÜLTÜR KOLEJLERİ İLKOKUL YEMEK MENÜSÜ

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ KAHVALTISI	KALORİ (ORT)
16.06.2025	AÇIK BÜFE (OMLET TAHİN HELVASI BEYAZ PEYNİR SİYAH ZEYTİN YEŞİL ZEYTİN VIŞNE REÇELİ MEYVE ÇAYI)	TARHANA ÇORBASI TAZE FASULYE PİRİNÇ PİLAVI CACIK	BAHARATLI ELMA DİLİM PATATES KARIŞIK MEYVE SUYU	2050 Kcal
17.06.2025	AÇIK BÜFE (KAŞAR PEYNİRLİ SANDVIÇ ÜÇGEN PEYNİR SİYAH ZEYTİN YEŞİL ZEYTİN KURU ÜZÜM ÇİLEK REÇELİ KUŞBURNU ÇAYI)	EZOGELİN ÇORBASI MANTI&YOĞURT MEVSİM SALATA KEMALPAŞA TATLISI	MEYVE SÜT	2250 Kcal
18.06.2025	AÇIK BÜFE (PIŞI LABNE PEYNİR SİYAH ZEYTİN YEŞİL ZEYTİN TEREYAĞ BAL IHLAMUR)	SÜZME MERCİMEK ÇORBASI KIYMALI YAZ TURLÜSÜ BULGUR PİLAVI YOĞURT	KAKAOLU KEK VIŞNE SUYU	2150 Kcal
19.06.2025	AÇIK BÜFE (MENEMEN SALATALIK DİLİMLERİ BEYAZ PEYNİR SİYAH ZEYTİN YEŞİL ZEYTİN KAYISI REÇELİ MEYVE ÇAYI)	MISIR UNU ÇORBASI ÇITIR TAVUK SOSLU SPAGETTİ AYRAN	ZEYTİNLİ POĞAÇA LİMONATA	2200 Kcal
20.06.2025	AÇIK BÜFE (KALEM BÖREK DOMATES ÜÇGEN PEYNİR SİYAH ZEYTİN YEŞİL ZEYTİN VIŞNE REÇELİ KUŞBURNU ÇAYI)	KARNE GÜNÜ ☺		

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

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

Diyetisyen

E. SUDE ÖZTÜRK