

KAFETERYA MÜDÜRLÜĞÜNÜN 01.02.2023-28.02.2023 TARİHLERİ ARASINDAKİ TABL DOT YEMEK LİSTESİ		
TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ Kalori	
1.2.2023 ÇARŞAMBA	Yayla çorba 123 Kıymalı kapuska (kapuska yemeği) 159 Bulgur pilavı 377 Meyve 90 749	
2.2.2023 PERŞEMBE	Mantar çorba 141 Hindi şehriyeli güveç (şehriye pilavı) 593 Z.Y.pırasa 188 Kase yoğurt 124 1046	
3.2.2023 CUMA	Mercimek çorba 164 Fırın uskumru (patates yemeği) 390 Börülce salatası 235 İrmik helva 408 1197	
6.2.2023 PAZARTESİ	Yarma çorba 137 Piliç grill (kabak yemeği) 367 Soslu makarna 325 Meyve suyu 96 925	
7.2.2023 SALI	Kafkas çorba 94 Kıymalı kuru fasulye (kuru fasulye) 338 Pirinç pilavı 466 Kase yoğurt 124 1022	
8.2.2023 ÇARŞAMBA	Saray çorba 141 Rosto köfte (karnabahar yemeği) 345 Bulgur pilavı 377 Meyve 90 953	
9.2.2023 PERŞEMBE	Ezogelin çorba 152 Kıymalı bezelye (bezelye yemeği) 248 Şehriye pilavı 333 Puding 242 975	
10.2.2023 CUMA	Şehriye çorba 173 Hindi orman kebab (pirinç pilavı) 403 Z.Y.barbunya pilaki 332 Ayran 65 973	
	ÖĞLE YEMEĞİ Kalori AKŞAM YEMEĞİ Kalori	
13.2.2023 PAZARTESİ	Domates çorba 153 Etili taze fasulye (t.fasulye.yemeği) 179 Pirinç pilavı 466 Ayran 65 863	Domates çorba 153 Tepsi köfte(taze fasulye yemeği) 345 Şehriye pilavı 333 Kase yoğurt 124 955
14.2.2023 SALI	Yayla çorba 123 Salçalı fırın baget (k.fas.yemeği) 390 Bulgur pilavı 377 Meyve 90 980	Yayla çorba 123 Kıymalı kapuska (kapuska yemeği) 159 Soslu makarna 325 Kemalpaşa tatlısı 368 975
15.2.2023 ÇARŞAMBA	Tarhana çorba 102 Pırasa yemeği 189 Kıymalı makarna(soslu makarna) 346 Puding 242 879	Tarhana çorba 102 Piliç sote (pırasa yemeği) 396 Naneli bulgur pilavı 367 Meyve 90 955
16.2.2023 PERŞEMBE	Sebze çorba 158 Fırın köfte (bulgur pilavı) 385 Z.Y.maş fasulyesi 332 Kase yoğurt 124 999	Sebze çorba 158 Etili nohut (nohut) 349 Pirinç pilavı 466 Ayran 65 1038
17.2.2023 CUMA	Mercimek çorba 164 Hindi Ankara tava(pirinç pilavı) 504 Z.Y.havuç tarator (bezelye yemeği) 184 Tahin helva 310 1162	Mercimek çorba 164 Hindi ankara tava(pirinç pilavı) 504 Z.Y.havuç tarator (bezelye yemeği) 184 Tahin helva 310 1162

KAFETERYA MÜDÜRLÜĞÜNÜN 01.02.2023-28.02.2023 TARİHLERİ ARASINDAKİ TABL DOT YEMEK LİSTESİ				
TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ	Kalori	AKŞAM YEMEĞİ	Kalori
<u>20.2.2023 PAZARTESİ</u>	Saray çorba	141	Saray çorba	141
	Kıy.y.mercimek(y.mercimek yemeği)	337	Bah.piliç baget(y.mercimek yemeği)	367
	Pirinç pilavı	466	Bulgur pilavı	377
	Kase yoğurt	124	Ayran	65
		1068		950
<u>21.2.2023 SALI</u>	Ezogelin çorba	152	Ezogelin çorba	152
	Hindi sote(k.bahar yemeği)	441	Kıymalı bezelye(bezelye yemeği)	248
	Peynirli makarna	368	Şehriye pilavı	333
	Meyve suyu	96	Meyve suyu	96
		1057		829
<u>22.2.2023 ÇARŞAMBA</u>	Toyga çorba	139	Toyga çorba	139
	Etili patates(patates yemeği)	256	Rosto köfte(pırasa yemeği)	345
	Kırmızı lahana havuç salata	91	Soslu makarna	325
	Kakaolu puding	246	Meyve	90
		732		899
<u>23.2.2023 PERŞEMBE</u>	Şehriye çorba	173	Şehriye çorba	173
	Piliç kızartma(f.fasulye yemeği)	390	Kıy.barbunya(barbunya yemeği)	347
	Bulgur pilavı	377	Pirinç pilavı	466
	Ayran	65	Kase yoğurt	124
		1005		1110
<u>24.2.2023 CUMA</u>	Maraş çorba	151	Maraş çorba	151
	Tepsi köfte(pirinç pilavı)	345	Hindi çoban kavurma(sebze yemeği)	359
	Z.Y.taze fasulye	159	Bulgur pilavı	377
	Meyve	90	Keşkül	418
		745		1305
<u>27.2.2023 PAZARTESİ</u>	Mercimek çorba	164	Mercimek çorba	164
	Kıymalı türlü(türlü)	248	Kır köftesi(türlü)	345
	Pirinç pilavı	466	Bulgur pilavı	377
	Kase yoğurt	124	Meyve	90
		1002		976
<u>28.2.2023 SALI İTALYAN MUTFAĞI</u>	Minestrone çorba	161	Minestrone çorba	161
	Domatesli İtalyan tavuk(kereviz y.)	433	Kıy.kuru fasulye(k.fasulye yemeği)	338
	Arabiata soslu makarna	332	Pirinç pilavı	466
	Ayran	242	Kase yoğurt	124
		1168		1089

Eda AKYILDIZ  
Kafeterya Müdür V.

  
Esra KOYUNOĞLU  
Diyetisyen

Şerafettin ŞAŞMAZ  
Aşçıbaşı



  
Hüseyin AYHAN  
Şef V.

  
Uğur UYANIK  
Aşçı