

KAFETERYA MÜDÜRLÜĞÜNÜN 01.12.2024-31.12.2024 TARİHLERİ ARASINDAKİ TABL DOT YEMEK LİSTESİ				
TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ	Kalori	AKŞAM YEMEĞİ	Kalori
1.12.2024 PAZAR	Piliç kadınbudu köfte (yeşillik)(karnabahar yemeği)			536
	Soslu makarna			325
	Kase yoğurt			124
				985
2.12.2024 PAZARTESİ	Saray çorba	152	Saray çorba	152
	Piliç fırın baget(kapuska)	362	Kıy. kuru fasulye(k.fasulye yem.)	337
	Şehriye pilavı	333	Pirinç pilavı	466
	Meyve	90	Kase yoğurt	124
		937		1079
3.12.2024 SALI	Kafkas çorba	112	Kafkas çorba	112
	Kıymalı bezelye(bezelye yemeği)	248	Piliç orman kebab(sebze yemeği)	380
	Soslu makarna	325	Bulgur pilavı	377
	Ayran	65	Meyve	90
		750		959
4.12.2024 ÇARŞAMBA	Yayla çorba	141	Yayla çorba	141
	Sebzeli misket köfte(sebze graten)	405	Kıymalı karnabahar(k.bahar yem.)	179
	Atom salata	159	Rulo börek	411
	Meyve suyu	96	Puding	242
		801		973
5.12.2024 PERŞEMBE	Mantar çorba	152	Mantar çorba	152
	Etlı nohut(nohut yemeği)	349	Akdeniz köfte(nohut yemeği)	403
	Pancarlı pirinç pilavı	476	Şehriye pilavı	333
	Kase yoğurt	124	Meyve	90
		1101		978
6.12.2024 CUMA	Mercimek çorba	176	Mercimek çorba	176
	Hindi elbasan tava(bulgur pilavı)	438	Pırasa yemeği	189
	Z.Y. Taze fasulye(t.fas.yemeği)	159	Kıymalı makarna(soslu makarna)	346
	Şekerpare	561	Ayran	65
		1334		776
7.12.2024 CUMARTESİ	Pürelı rosto köfte(karnabahar yemeği)			407
	Bulgur pilavı			377
	Meyve suyu			96
				880
8.12.2024 PAZAR	Piliç şinitzel(sebze graten)			421
	Soslu makarna			325
	Tatlı (ballı ballım)			345
				1091
9.12.2024 PAZARTESİ	Tarhana çorba	175	Tarhana çorba	175
	Kıymalı türlü(türlü)	208	Piliç kızartma(kapuska yemeği)	390
	Fırın makarna	340	Bulgur pilavı	377
	Kase yoğurt	124	Meyve	90
		847		1032
FRANSIZ MUTFAĞI 10.12.2024 SALI	Fransız usulü soğan çorba	190	Fransız usulü soğan çorba	190
	Demi glace soslu köfte	385	Kıy.yeşil mercimek(y.mer.yem.)	337
	Kuskus salata	249	Pirinç pilavı	466
	Krem karamel	162	Ayran	65
		986		1058
11.12.2024 ÇARŞAMBA	Ezogelin çorba	164	Ezogelin çorba	164
	Kıy.kabak musakka(kabak musakka)	254	İzmir köfte(karnabahar yemeği)	385
	Rulo börek	411	Şehriye pilavı	333
	Ayran	65	Meyve suyu	96
		894		978
12.12.2024 PERŞEMBE	Pirinç çorba	180	Yarma çorba	180
	Mantarlı piliç sote(mantar sote)	387	Lahana oqraten(lahana graten)	244
	Nanelı bulgur pilavı	367	Soslu makarna	325
	Meyve	90	Tatlı(portakal siesta)	352
		1024		1101
13.12.2024 CUMA	Sebze çorba	185	Sebze çorba	185
	Kıy. kuru fasulye(k.fasulye yem.)	337	Hindi çoban kavurma(k.fas.yem.)	406
	Pirinç pilavı	466	Mercimek salata	253
	Turşu	13	Meyve	90
		1001		934


KAFETERYA MÜDÜRLÜĞÜNÜN 01.12.2024-31.12.2024 TARİHLERİ ARASINDAKİ TABLDOT YEMEK LİSTESİ				
TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ	Kalori	Kalori	
<u>14.12.2024 CUMARTESİ</u>	Kuru köfte (patates garn)(patates yemeği)		357	
	Peynirli makarna		368	
	Kase yoğurt		124	
			849	
<u>15.12.2024 PAZAR</u>	Fırın balık(yeşillik)(barbunya yemeği)		290	
	Patates salatası(pirinç pilavı)		148	
	Tahin helva		310	
			748	
<u>16.12.2024 PAZARTESİ</u>	Domates çorba	164	Domates çorba	164
	Piliç grill(sebze graten)	367	Etlı nohut(nohut yemeği)	349
	Bulgur pilavı	377	Pirinç pilavı	466
	Meyve suyu	96	Kase yoğurt	124
		1004		1103
<u>17.12.2024 SALI</u>	Mercimek çorba	176	Mercimek çorba	176
	Kıy.karnabahar(k.bahar yem.)	179	Salçalı fırın baget(türlü)	390
	Patatesli gül böreği	253	Naneli bulgur pilavı	367
	Ayran	65	Meyve	90
		673		1023
<u>18.12.2024 ÇARŞAMBA</u>	Yayla çorba	141	Yayla çorba	141
	Mantar soslu köfte(mantar sote)	390	Kıymalı fırın patates(fırın patates)	300
	Şehriye pilavı	333	Havuç salata	93
	Meyve	90	Supangle	243
		954		777
<u>19.12.2024 PERŞEMBE</u>	Tavuk çorba	167	Tavuk çorba	167
	Barbunya yemeği	334	Çiftlik köfte(taze fasulye yemeği)	386
	Buhara pilavı(pirinç pilavı)	462	Soslu makarna	325
	Kase yoğurt	124	Meyve	90
		1087		968
<u>20.12.2024 CUMA</u>	Maraş çorba	169	Maraş çorba	169
	Hindi ankara tava(soslu makarna)	559	Kıymalı bezelye(bezelye yemeği)	248
	Patlıcan salata(patlıcan yem.)	90	Pirinç pilavı	466
	Kemalpaşa tatlısı	407	Ayran	65
		1225		948
<u>21.12.2024 CUMARTESİ</u>	Kaşarlı napoliten soslu köfte(nohut yemeği)		435	
	Pirinç pilavı		466	
	Meyve		90	
			991	
<u>22.12.2024 PAZAR</u>	Piliç cordon bleu(türlü)		421	
	Sebzeli makarna		330	
	Tatlı (kahvelim)		345	
			1096	
<u>23.12.2024 PAZARTESİ</u>	Saray çorba	152	Saray çorba	152
	Kıy.y.mercimek(y.mercimek yem.)	337	Kekikli fırın piliç(y.mercimek yem.)	367
	Pirinç pilavı	466	Bulgur pilavı	377
	Kase yoğurt	124	Meyve suyu	96
		1079		992
<u>24.12.2024 SALI</u>	Tarhana çorba	175	Tarhana çorba	175
	Rosto köfte(bulgur pilavı garn)	543	Kıymalı türlü(türlü)	208
	Yoğ.kereviz salata(kereviz yem.)	129	Peynirli makarna	368
	Meyve	90	Üzüm hoşafı	188
		937		939
<u>25.12.2024 ÇARŞAMBA</u>	Yarma çorba	155	Yarma çorba	155
	Pırasa yemeği	189	Kır köfte(karnabahar yem.)	389
	Kıymalı makarna(soslu makarna)	346	Şehriye pilavı	333
	Tatlı		Meyve	90
		690		967
<u>26.12.2024 PERŞEMBE</u>	Sebze çorba	185	Sebze çorba	185
	Piliç kızartma(kabak musakka)	390	Kıy. kuru fasulye(k.fasulye yem.)	337
	Bulgur pilavı	377	Pirinç pilavı	466
	Meyve suyu	96	Kase yoğurt	124
		1048		1112

KAFETERYA MÜDÜRLÜĞÜNÜN 01.12.2024-31.12.2024 TARİHLERİ ARASINDAKİ TABL DOT YEMEK LİSTESİ				
TARİH	ÖGLE YEMEĞİ	Kalori	Kalori	
27.12.2024 CUMA	Ezogelin çorba	164	Ezogelin çorba	164
	Fırın balık(patates garn)(patates yem)	343	Fırın balık(patates garn)(patates yem)	343
	Havuç salata	93	Havuç salata	90
	Tahin helva	310	Tatlı (tarçınlim)	352
		910		949
28.12.2024 CUMARTESİ	Et döner(yeşil mercimek yemeği)			309
	Pirinç pilavı			466
	Ayran			65
				840
29.12.2024 PAZAR	Piliç şinitzel(pırasa yemeği)			421
	Sebzeli makarna			330
	Meyve suyu			96
				847
30.12.2024 PAZARTESİ	Domates çorba	164	Domates çorba	164
	Kıy.taze fasulye(t.fasulye yem.)	179	Hindi tandır(iç pilav)	544
	Peynirli makarna	368	Zeytinyağlı tabağı	380
	Meyve	90	Şekerpare	561
		801		1649
31.12.2024 SALI	Mercimek çorba	176	Mercimek çorba	176
	Salçalı fırın piliç(türlü)	395	Sebze graten	243
	Bulgur pilavı	377	Kıymalı çatal börek(soslu makarna)	253
	Ayran	65	Muz	116
		1013		788


Esra KOYUNOĞLU
Diyetisyen


Mustafa ÖZCAN
Bilgisayar İşletmeni


Eda AKYILDIZ
Kafeterya Müdürü


Nilgün ÇELİK
Gıda Mühendisi


Hüseyin AYHAN
Şef V.


Uğur UYANIK
Aşçı