

# ŞUBAT AYI YEMEK MENÜSÜ

## ÖĞLE YEMEĞİ

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
| <b>03 Şubat 2025 Pazartesi</b><br>*KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137<br>*ÇOBAN KAVURMA 600<br>PİRİNÇ PİLAVI 259<br>SALATA 95<br><b>Toplam kcal 1091</b> | <b>04 Şubat 2025 Salı</b><br>*TARHANA ÇORBASI 151<br>İSPANAK YEMEĞİ 133<br>*BOLONEZ SOSLU MAKARNA 419<br>YOĞURT 55<br><b>Toplam kcal 758</b> | <b>05 Şubat 2025 Çarşamba</b><br>*EZOGELİN ÇORBA 95<br>*HAMBURGER 303<br>*PATATES KIZARTMASI 285<br>MEYVE SUYU 98<br><b>Toplam kcal 781</b>                | <b>06 Şubat 2025 Perşembe</b><br>*DOMATES ÇORBASI 66<br>BEZELYE YEMEĞİ 235<br>*SADE MAKARNA 229<br>*KEŞKÜL 107<br><b>Toplam kcal 637</b>     | <b>07 Şubat 2025 Cuma</b><br>*ŞEHRİYE ÇORBASI 136<br>*LAVAŞTA TAVUK TANTUNİ 195<br>SALATA 95<br>AYRAN 70<br><b>Toplam kcal 496</b>               |
| <b>10 Şubat 2025 Pazartesi</b><br>*MENGEN ÇORBASI 71<br>ANKARA TAVA 385<br>TRİLEÇE TATLISI 163<br>AYRAN 70<br><b>Toplam kcal 689</b>               | <b>11 Şubat 2025 Salı</b><br>*EZOGELİN ÇORBA 95<br>KIYMALI KARNABAHAAR 112<br>*ERİŞTE 384<br>MEVSİM MEYVE 72<br><b>Toplam kcal 663</b>       | <b>12 Şubat 2025 Çarşamba</b><br>*KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137<br>*ANKARA KÖFTE 196<br>*SEBZELİ BULGUR PİLAVI 137<br>SALATA 9<br><b>Toplam kcal 565</b>    | <b>13 Şubat 2025 Perşembe</b><br>*YAYLA ÇORBASI 98<br>**KURU FASULYE 267<br>PİRİNÇ PİLAVI 259<br>TURŞU 21<br><b>Toplam kcal 645</b>          | <b>14 Şubat 2025 Cuma</b><br>*TARHANA ÇORBASI 151<br>PİLAV ÜSTÜ TAVUK DÖNER 507<br>SALATA 95<br>AYRAN 70<br><b>Toplam kcal 823</b>               |
| <b>17 Şubat 2025 Pazartesi</b><br>*YAYLA ÇORBASI 98<br>*TAS KEBABI 213<br>*BULGUR PİLAVI 290<br>*ŞEKERPALE 544<br><b>Toplam kcal 1145</b>          | <b>18 Şubat 2025 Salı</b><br>*LOPIK ÇORBASI 101<br>PIRASA YEMEĞİ 183<br>*SOSLU MAKARNA 252<br>YOĞURT 55<br><b>Toplam kcal 591</b>            | <b>19 Şubat 2025 Çarşamba</b><br>*DOMATES ÇORBASI 66<br>*KIYMALI PİDE 356<br>SALATA 9<br>AYRAN 70<br><b>Toplam kcal 587</b>                                | <b>20 Şubat 2025 Perşembe</b><br>*SEBZE ÇORBASI 114<br>*MANTI 322<br>*ÇİĞ KÖFTE 180<br>MEVSİM MEYVE 72<br><b>Toplam kcal 689</b>             | <b>21 Şubat 2025 Cuma</b><br>*TARHANA ÇORBASI 151<br>*TAVUK SOTE 330<br>PİRİNÇ PİLAVI 259<br>MEYVE SUYU 98<br><b>Toplam kcal 838</b>             |
| <b>24 Şubat 2025 Pazartesi</b><br>*DOMATES ÇORBASI 66<br>*BALIK FİLETO 232<br>*SOSLU MAKARNA 252<br>SALATA 95<br><b>Toplam kcal 645</b>            | <b>25 Şubat 2025 Salı</b><br>*KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137<br>*TAZE FASULYE 161<br>PİRİNÇ PİLAVI 259<br>CACIK 129<br><b>Toplam kcal 686</b>  | <b>26 Şubat 2025 Çarşamba</b><br>*YAYLA ÇORBASI 98<br>*SALÇALI KÖFTE 265<br>*TEREYAĞLI SADE BULGUR PİLAVI 149<br>MEVSİM MEYVE 72<br><b>Toplam kcal 584</b> | <b>27 Şubat 2025 Perşembe</b><br>*ŞEHRİYE ÇORBASI 136<br>**NOHUT YEMEĞİ 147<br>PİRİNÇ PİLAVI 259<br>*KAZANDİBİ 201<br><b>Toplam kcal 743</b> | <b>28 Şubat 2025 Cuma</b><br>*MANTAR ÇORBASI 139<br>*KÖRİ SOSLU MANTARLI TAVUK 301<br>*SOSLU SPAGETTI 156<br>SALATA 95<br><b>Toplam kcal 691</b> |
| <b>Toplam kcal 0</b>   | <b>Toplam kcal 0</b>   | <b>Toplam kcal 0</b>   | <b>Toplam kcal 0</b>   | <b>Toplam kcal 0</b>   |

### Balık Fileto MEZGİT

\*Gluten içeren tahıllar ve bunların ürünleri kullanılmıştır.

\*\* Düşük gluten içeren yemekler (21-100 mg/kg gluten)

#### Notlar;

- Kalori hesaplaması 1 porsiyon üzerinden hesaplanmaktadır.
- 3 -7 yaş arası 1/2 porsiyon, 7 -12 yaş arasına 3/4 porsiyon ve 12 üzeri yaş gurubu tam porsiyon verilmektedir.
- Menülerde mevsimine uygun sebze ve meyve kullanımına dikkat edilmektedir.
- Pişen tüm yemekler, Sağlık Bakanlığı Yönetmeliklerine uygun olarak 72 Saat süreyle numuneleri alınarak saklanmaktadır.
- Kullanılan gıda ürünleri, Türk Gıda Kodeksi, Türk Standartları Enstitüsü kalite belgelerine sahip en kaliteli ürünlerden seçilerek satın alınmaktadır.
- Yemekler hijyen kurallarına uygun araç ve gereçlerle Bilisim Koleji mutfağında yapılmaktadır.
- Hazırlanan aylık menüye uyulmakla birlikte gerekli görülen durumlarda Yönetimin onayı ile değişiklik yapılabilir.
- Yemek listemiz Diyetisyen Sibel ÜNVER tarafından hazırlanmaktadır.
- Servis edilen hiçbir üründe tatlandırıcı, bulyon gibi katkı maddeleri kullanılmamaktadır.