

MAYIS AYI YEMEK MENÜSÜ

			01 Mayıs 2025 Perşembe	02 Mayıs 2025 Cuma
			1 Mayıs Emek ve Dayanışma Günü	*ŞEHRİYE ÇORBASI 136 PİLAV ÜSTÜ TAVUK DÖNER 507 SALATA 95 AYRAN 70 Toplam kcal 808
Toplam kcal 0	Toplam kcal 0	Toplam kcal 0	Toplam kcal 0	Toplam kcal 808
05 Mayıs 2025 Pazartesi	06 Mayıs 2025 Salı	07 Mayıs 2025 Çarşamba	08 Mayıs 2025 Perşembe	09 Mayıs 2025 Cuma
*ŞEHRİYE ÇORBASI 136 ANKARA TAVA 385 *TULUMBA TATLISI 256 MEYVE SUYU 98 Toplam kcal 875	*TAVUK ÇORBASI 132 *ŞAKŞUKA 181 *ERİŞTE 384 YOĞURT 55 Toplam kcal 752	*KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137 *ANKARA KÖFTE 196 *SEBZELİ BULGUR PİLAVI 137 MEVSİM MEYVE 72 Toplam kcal 542	*YAYLA ÇORBASI 98 **KURU FASULYE 267 PİRİNÇ PİLAVI 259 TURŞU 21 Toplam kcal 645	*TARHANA ÇORBASI 151 *EKMEK ARASI TAVUK TANTUNİ 195 SALATA 95 AYRAN 70 Toplam kcal 511
12 Mayıs 2025 Pazartesi	13 Mayıs 2025 Salı	14 Mayıs 2025 Çarşamba	15 Mayıs 2025 Perşembe	16 Mayıs 2025 Cuma
*SEBZE ÇORBASI 114 *TAS KEBABI 213 *BULGUR PİLAVI 290 *KEMALPAŞA TATLISI 476 Toplam kcal 1094	*ARAPAŞI ÇORBASI 186 *SEBZELİ GÜVEÇ 141 *ERİŞTE 384 YOĞURT 55 Toplam kcal 766	*DOMATES ÇORBASI 66 *KIYMALI PİDE 356 SALATA 95 AYRAN 70 Toplam kcal 587	*TARHANA ÇORBASI 151 *MANTI 322 *PATATES SALATASI 126 MEVSİM MEYVE 72 Toplam kcal 671	*EZOGELİN ÇORBA 95 *TAVUK SOTE 330 PİRİNÇ PİLAVI 259 MEYVE SUYU 98 Toplam kcal 782
19 Mayıs 2025 Pazartesi	20 Mayıs 2025 Salı	21 Mayıs 2025 Çarşamba	22 Mayıs 2025 Perşembe	23 Mayıs 2025 Cuma
19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı Toplam kcal 0	*KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137 *TAZE FASULYE 161 PİRİNÇ PİLAVI 259 CACIK 129 Toplam kcal 686	*YAYLA ÇORBASI 98 *HAMBURGER 303 *PATATES KIZARTMASI 285 MEYVE SUYU 98 Toplam kcal 784	*ŞEHRİYE ÇORBASI 136 **NOHUT YEMEĞİ 147 PİRİNÇ PİLAVI 259 *ŞEKERPARE 544 Toplam kcal 1086	*EZOGELİN ÇORBA 95 *KÖRİ SOSLU MANTARLI TAVUK 301 *SOSLU SPAGETTI 156 MEVSİM MEYVE 72 Toplam kcal 624
26 Mayıs 2025 Pazartesi	27 Mayıs 2025 Salı	28 Mayıs 2025 Çarşamba	29 Mayıs 2025 Perşembe	30 Mayıs 2025 Cuma
*KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137 *ÇOBAN KAVURMA 600 PİRİNÇ PİLAVI 259 MEVSİM MEYVE 72 Toplam kcal 1068	*TARHANA ÇORBASI 151 ISPANAK YEMEĞİ 133 *BOLONEZ SOSLU MAKARNA 419 YOĞURT 55 Toplam kcal 758	*SOĞUK ÇORBA 217 *SALÇALI KÖFTE 265 *TEREYAĞLI SADE BULGUR PİLAVI 149 MEYVE SUYU 98 Toplam kcal 729	*LOPİK ÇORBASI 101 BEZELYE YEMEĞİ 235 *SADE MAKARNA 229 *EKMEK KADAYIFI 284 Toplam kcal 849	*EZOGELİN ÇORBA 95 *TAVUK ŞİNİTSEL 250 *SOSLU MAKARNA 252 AYRAN 70 Toplam kcal 667

* *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 Bilişim 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.