

01.03.2023

**Çarşamba**

ŞEHRİYE ÇORBASI	136
İZMİR KÖFTE	197
MEYANE PİLAVI	326
MEYVE SU	98

Toplam Kcal: 757

02.03.2023

**Perşembe**

YOĞURT ÇORBASI	112
BEZELYE YEMEĞİ	245
ERİŞTE	384
SALATA	95

Toplam Kcal: 826

03.03.2023

**Cuma**

Y.MERCİMEKLİ ERİŞTE ÇORBASI	188
TAVUKLU NOHUTLU PİLAV	573
KAZANDİBİ	201
AYRAN	70

Toplam Kcal: 1032

06.03.2023

**Pazartesi**

TARHANA ÇORBA	151
ŞEHRİYELİ GÜVEÇTE	418
SALATA	95
AYRAN	70

Toplam Kcal: 734

07.03.2023

**Salı**

K.MERCİMEK ÇORBASI	147
SOSLU MAKARNA	252
PIRASA YEMEĞİ	183
YOĞURT	122

Toplam Kcal: 627

08.03.2023

**Çarşamba**

YOĞURT ÇORBASI	112
HAMBURGER	303
ELMA DİLİM PATATES	159
MEYVE SU	98

Toplam Kcal: 672

09.03.2023

**Perşembe**

DOMATES ÇORBASI	66
MANTI	322
ÇİĞ KÖFTE	180
MEVSİM MEYVE	72

Toplam Kcal: 640

10.03.2023

**Cuma**

EZO GELİN ÇORBASI	95
EKMEK ARASI TAVUK DÖNER	280
SALATA	95
AYRAN	70

Toplam Kcal: 540

13.03.2023

**Pazartesi**

MANTAR ÇORBASI	139
BİLİŞİM KEBABİ	389
PİRİNÇ PİLAV	289
AYRAN	70

Toplam Kcal: 857

14.03.2023

**Salı**

TARHANA ÇORBASI	151
ISPAK YEMEĞİ	133
ERİŞTE	384
ŞEKERPARE	544

Toplam Kcal: 1212

15.03.2023

**Çarşamba**

ŞEHRİYE ÇORBASI	136
ANKARA KÖFTE	196
MEYANE PİLAVI	326
MEYVE SUYU	98

Toplam Kcal: 756

16.03.2023

**Perşembe**

TAVUK ÇORBASI	132
ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	315
SADE MAKARNA	252
HAVUÇ TARATOR	156

Toplam Kcal: 855

17.03.2023

**Cuma**

EZOĞELİN ÇORBASI	95
TAVUK ŞİNTZEL	250
SOSLU SPAGETTİ	156
AYRAN	70

Toplam Kcal: 571

20.03.2023

**Pazartesi**

EZOĞELİN ÇORBASI	95
TAS KEBABİ	213
BULGUR PİLAV	290
SALATA	95

Toplam Kcal: 693

21.03.2023

**Salı**

K.MERCİMEK ÇORBASI	137
KIYMALI KARNABAHAAR	112
ERİŞTE	384
YOĞURT	55

Toplam Kcal: 688

22.03.2023

**Çarşamba**

DOMATES ÇORBASI	66
PATATESLİ KIR PİDESİ	432
KAKAOLU PUDİNG	132
AYRAN	70

Toplam Kcal: 700

23.03.2023

**Perşembe**

ŞEHRİYE ÇORBASI	136
KURU FASÜLYE	267
PİRİNÇ PİLAVI	259
TURŞU	21

Toplam Kcal: 683

24.03.2023

**Cuma**

Y.MERCİMEKLİ ERİŞTE ÇORBASI	188
TAVUK SOTE	330
SOSLU MAKARNA	252
MEVSİM MEYVE	72

Toplam Kcal: 842

27.03.2023

**Pazartesi**

K.MERCİMEK ÇORBASI	137
ÇOBAN KAVURMA	600
BULGUR PİLAVI	290
SALATA	95

Toplam Kcal: 1122

28.03.2023

**Salı**

TARHANA ÇORBASI	151
TAZE FASÜLYE	161
PİRİNÇ PİLAVI	259
CACIK	129

Toplam Kcal: 700

29.03.2023

**Çarşamba**

MANTAR ÇORBASI	139
SALÇALI KÖFTE	265
ERİŞTE	384
YOĞURT	55

Toplam Kcal: 843

30.03.2023

**Perşembe**

ŞEHRİYE ÇORBASI	136
ETLİ NOHUT	285
BULGUR PİLAVI	290
KARIŞIK TURŞU	26

Toplam Kcal: 737

31.03.2023

**Cuma**

EZOĞELİN ÇORBASI	95
TAVUK IZGARA	151
SOSLU MAKARNA	252
MEYVE SUYU	98

Toplam Kcal: 939

#### 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 grubu 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 yapılabilmektedir.
- Yemek listemiz Diyetisyen Sibel ÜNVER tarafından hazırlanmaktadır.
- Servis edilen hiçbir üründe tatlandırıcı, bulyon gibi katkı maddeleri kullanılmamaktadır.