

01.11.2023

**Çarşamba**

K. MERCİMEK ÇORBASI	137
ANKARA KÖFTE	196
SOSLU SPAGETTİ	156
KAZANDİBİ	201
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>690</b>

02.11.2023

**Perşembe**

ŞEHİRİYE ÇORBASI	136
NOHUT YEMEĞİ	147
BULGUR PİLAVI	290
KARIŞIK TURŞU	26
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>599</b>

03.11.2023

**Cuma**

TARHANA ÇORBASI	151
TAVUK ŞİNİTSEL	250
SOSLU MAKARNA	252
AYRAN	70
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>723</b>

06.11.2023

**Pazartesi**

DOMATES ÇORBASI	66
ANKARA TAVA	385
TULUMBA TATLISI	256
AYRAN	70
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>777</b>

07.11.2023

**Salı**

K. MERCİMEK ÇORBASI	137
TAZE FASULYE	161
PİRİNÇ PİLAVI	259
CACIK	129
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>686</b>

08.11.2023

**Çarşamba**

ŞEHİRİYE ÇORBASI	136
SALÇALI KÖFTE	265
PEYNİRLİ MAKARNA	422
MEVSİM MEYVE	72
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>895</b>

09.11.2023

**Perşembe**

EZOĞELİN ÇORBASI	95
KURUFASULYE	267
BULGUR PİLAVI	290
TURŞU	21
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>673</b>

10.11.2023

**Cuma**

TARHANA ÇORBASI	151
T AVUK DÖNER DÜRÜM	309
SALATA	95
AYRAN	70
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>625</b>

13.11.2023

**Pazartesi**

TATİL

14.11.2023

**Salı**

TATİL

15.11.2023

**Çarşamba**

TATİL

16.11.2023

**Perşembe**

TATİL

17.11.2023

**Cuma**

TATİL

20.11.2023

**Pazartesi**

TARHANA ÇORBASI	151
TAS KEBABI	213
TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI	149
SALATA	95
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>608</b>

21.11.2023

**Salı**

ARAPAŞI ÇORBASI	186
ISPANAK YEMEĞİ	133
SOSLU SPAGETTİ	156
YOĞURT	55
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>530</b>

22.11.2023

**Çarşamba**

ŞEHİRİYE ÇORBASI	136
KIYMALI PİDE	356
SALATA	95
AYRAN	70
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>657</b>

23.11.2023

**Perşembe**

EZOĞELİN ÇORBASI	95
MANTI	322
ÇİĞKÖFTE	180
ŞEKERPARİ	544
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>1141</b>

24.11.2023

**Cuma**

K. MERCİMEK ÇORBASI	137
TAVUKLU NOHUTLU PİLAV	573
SALATA	95
AYRAN	70
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>875</b>

27.11.2023

**Pazartesi**

EZOĞELİN ÇORBASI	95
HAMBURGER	303
PATATES KIZARTMASI	285
MEYVE SUYU	98
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>781</b>

28.11.2023

**Salı**

ŞEHİRİYE ÇORBASI	136
DEREOTLU KABAK YEMEĞİ	55
SOSLU SPAGETTİ	156
YOĞURT	55
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>402</b>

29.11.2023

**Çarşamba**

K. MERCİMEK ÇORBASI	137
ORMAN KEBABI	256
BULGUR OİLAVI	290
SALATA	95
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>778</b>

30.11.2023

**Perşembe**

ARAPAŞI ÇORBASI	186
ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	315
SADE MAKARNA	229
EKMEK KADAYIFI	284
<b>Toplam Kcal:</b>	<b>1014</b>

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