

	01 Ekim 2024 Salı *TAVUK ÇORBASI 132 *ŞAKŞUKA 181 *ERİŞTE 384 YOĞURT 55 Toplam kcal 752	02 Ekim 2024 Çarşamba *MANTAR ÇORBASI 139 *BOLONEZ SOSLU MAKARNA 419 AYRAN 70 *KEMALPAŞA TATLISI 476 Toplam kcal 1104	03 Ekim 2024 Perşembe *YOĞURT ÇORBASI 112 BEZELYE YEMEĞİ 235 *TEREYAĞLI SADE BULGUR PİLAVI 149 SALATA 95 Toplam kcal 591	04 Ekim 2024 Cuma *TARHANA ÇORBASI 151 TAVUKLU NOHUTLU PİLAV 573 SALATA 95 AYRAN 70 Toplam kcal 889
07 Ekim 2024 Pazartesi *DOMATES ÇORBASI 66 ANKARA TAVA 385 SALATA 95 AYRAN 70 Toplam kcal 616	08 Ekim 2024 Salı *KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137 *TAZE FASULYE 161 PİRİNÇ PİLAVI 259 CACIK 129 Toplam kcal 686	09 Ekim 2024 Çarşamba *SEBZE ÇORBASI 114 *HAMBURGER 303 *PATATES KIZARTMASI 285 MEYVE SUYU 98 Toplam kcal 801	10 Ekim 2024 Perşembe *ŞEHRİYE ÇORBASI 136 **NOHUT YEMEĞİ 147 *BULGUR PİLAVI 290 TURŞU 21 Toplam kcal 594	11 Ekim 2024 Cuma *EZOGELİN ÇORBA 95 TAVUK IZGARA 151 *SOSLU SPAGETTI 156 AYRAN 70 Toplam kcal 472
14 Ekim 2024 Pazartesi *TARHANA ÇORBASI 151 *HAMBURGER 303 *PATATES KIZARTMASI 285 MEYVE SUYU 98 Toplam kcal 837	15 Ekim 2024 Salı *KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137 *SEBZELİ GÜVEÇ 141 PİRİNÇ PİLAVI 259 CACIK 129 Toplam kcal 666	16 Ekim 2024 Çarşamba *ŞEHRİYE ÇORBASI 136 *KIYMALI PİDE 356 SALATA 95 AYRAN 70 Toplam kcal 657	17 Ekim 2024 Perşembe *YEŞİL MERCİMEKLI ERİŞTE ÇORBASI 188 *MANTI 322 *ÇİĞ KÖFTE 180 *KAZANDİBİ 201 Toplam kcal 891	18 Ekim 2024 Cuma *YAYLA ÇORBASI 98 *KÖRİ SOSLU MANTARLI TAVUK 301 *BULGUR PİLAVI 290 SALATA 95 Toplam kcal 784
21 Ekim 2024 Pazartesi *KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137 *ŞEHRİYELİ GÜVEÇTE 418 SALATA 95 AYRAN 70 Toplam kcal 720	22 Ekim 2024 Salı *DOMATES ÇORBASI 66 İSPANAK YEMEĞİ 133 *SOSLU MAKARNA 252 YOĞURT 55 Toplam kcal 506	23 Ekim 2024 Çarşamba *TARHANA ÇORBASI 151 *SALÇALI KÖFTE 265 *PEYNİRLİ MAKARNA 422 MEVSİM MEYVE 72 Toplam kcal 910	24 Ekim 2024 Perşembe *ARAPAŞI ÇORBASI 186 ZEYTİN YAĞLI BARBUNYA 315 *SADE MAKARNA 229 HAVUÇ TARATOR 156 Toplam kcal 886	25 Ekim 2024 Cuma *EZOGELİN ÇORBA 95 *TAVUK DÖNER DÜRÜM 309 SALATA 95 AYRAN 70 Toplam kcal 569
28 Ekim 2024 Pazartesi *TARHANA ÇORBASI 151 *TAS KEBABI 213 *BULGUR PİLAVI 290 MEVSİM MEYVE 72 Toplam kcal 726	29 Ekim 2024 Salı 29 Ekim Cumhuriyet Bayramı Toplam kcal 0	30 Ekim 2024 Çarşamba *KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI 137 *ANKARA KÖFTE 196 *ERİŞTE 384 SALATA 95 Toplam kcal 812	31 Ekim 2024 Perşembe *DOMATES ÇORBASI 66 *BOLONEZ SOSLU MAKARNA 419 MEVSİM MEYVE 72 AYRAN 70 Toplam kcal 627	Toplam kcal 0

* **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.