

TARİH	SABAH KAHVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ
01 Ekim 2018 Pazartesi	Sade Omlet Kaşar Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Ihlamur	Tarhana Çorba Orman Kebabı Tereyağlı Yüksük Makarna Ayran Toplam Kalori:882	Damla Çikolatalı Muffin Süt
2 Ekim 2018 Salı	Tahin Pekmez Beyaz Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Süzme Mercimek Çorba Mantı Yeşil Salata Meyve Toplam Kalori:845	Dereotlu Special Meyve
3 Ekim 2018 Çarşamba	Simit Üçgen Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Tel Şehriye Çorba Etlı Kuru Fasulye Bulgur Pilavı Cacık Toplam Kalori :868	Peynirli Katlama Limonata
4 Ekim 2018 Perşembe	Peynirli Omlet Burgu Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Ihlamur	Domates Çorba Yoğurtlu Pideli Köfte Çoban Salata Toplam Kalori:1019	Yoğurt Meyve
5 Ekim 2018 Cuma	Kaşar Peynirli Sandviç Damla Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Yayla Çorba Sebzeli Et Sote Arpa Şehriyeli Pirinç Pilavı Meyve Toplam Kalori:863	Browni Süt
8 Ekim 2018 Pazartesi	Sade Omlet Kaşar Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Ihlamur	Ezogelin Çorba Tas Kebabı Melek Pilavı Ayran Toplam Kalori:943	Havuçlu Kek Süt
9 Ekim 2018 Salı	Tereyağ Bal Beyaz Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Yayla Çorba Tavuk Pirzola-Çıtır Patates Napoliten Soslu Makarna Meyve Toplam Kalori:962	Yoğurt Meyve
10 Ekim 2018 Çarşamba	Peynirli Omlet Damla Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Ihlamur	Alaca Çorba Sebzeli Kebab Tereyağlı Erişte Ayran Toplam Kalori:958	Üzümlü Muffin Süt
11 Ekim 2018 Perşembe	Peynirli Pizza Burgu Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Sebzeli Çorba Etlı Nohut Bulgur Pilavı Yoğurt Toplam Kalori: 783	Simit Beyaz Peynir Ayran
12 Ekim 2018 Cuma	Bazlama Üçgen Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Elvan Kız Çorba Etlı Yeşil Fasulye Pirinç Pilavı Meyve Toplam Kalori:828	Zeytinli Açma Meyve

15 Ekim 2018 Pazartesi	Peynirli Omlet Kaşar Peynir Yeşil+Siyah Zeytin+ Domates+Salatalık Ihlamur	Tarhana Çorba Şehriyeli Güveç Yoğurtlu Semizotu Salata Meyve Toplam Kalori:809	Elmalı Pasta Süt
16 Ekim 2018 Salı	Tahin Pekmez Beyaz Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Domates Çorba Bahçıvan Kebabı Cevizli Erişte Ayran Toplam Kalori:937	Mini Simit Meyve
17 Ekim 2018 Çarşamba	Yumurta Damla Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Ihlamur	Sultan Çorba Etlı Kuru Fasulye Pirinç Pilavı Cacık Toplam Kalori:935	Mantar Kurabiye Süt
18 Ekim 2018 Perşembe	Simit Burgu Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Tavuklu Tel Şehriye Çorba Kıymalı Fırın Patetes Mevsim Salata Revani Toplam Kalori:847	Yoğurt Meyve
19 Ekim 2018 Cuma	Bazlama Üçgen Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Tarmalı Yeşil Mercimek Çorba Kabak Dolma Tereyağlı Burgu Makarna Yoğurt Toplam Kalori:809	Karaköy Poğaçı Ayran
22 Ekim 2018 Pazartesi	Yumurta Beyaz Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Ihlamur	Tutmaç Çorba Etlı Bezelye Bulgur Pilavı Meyve Toplam Kalori:838	İki Renkli Kek Süt
23 Ekim 2018 Salı	Tereyağ Bal Kaşar Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Toyga Çorba Bolonez Soslu Makarna Çoban Salata Keşkül Toplam Kalori:899	Peynirli Poğaçı Meyve
24 Ekim 2018 Çarşamba	Gendime Çorba Mantı Mevsim Salata Meyve Toplam Kalori:856	Izgara Köfte Elma Dilim Patates Sebzeli Pirinç Pilavı Ayran Toplam Kalori:874	Alman Pastası Süt
25 Ekim 2018 Perşembe	Krem Peynirli Sandviç Üçgen Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Süzme Mercimek Çorba Pürelı Kebab Tarator Meyve Toplam Kalori:701	Yoğurt Meyve
26 Ekim 2018 Cuma	Bazlama Burgu Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Tavuk Çorba Biber Dolma Tereyağlı erişte Yoğurt Toplam Kalori:784	Kalem Böreği Ayran
29 Ekim 2018 Pazartesi	RESMİ TATİL		

30 Ekim 2018 Salı	Peynirli Pizza Burgu Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Süt	Sebze Çorba Etli Nohut Bulgur Pilavı Yoğurt Toplam Kalori: 783	Simit Beyaz Peynir Ayran
31 Ekim 2018 Çarşamba	Peynirli Omler Burgu Peynir Yeşil+Siyah Zeytin Domates+Salatalık Ihlamur	Domates Çorba Yoğurtlu Pideli Köfte Çoban Salata Toplam Kalori:1019	Yoğurt Meyve