



ÖZEL EVRİM OKULLARI ŞUBAT 2026 MENÜSÜ



	2.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	3.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	4.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	5.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	6.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH ARA ÖĞÜNÜ	HASLANMIS YUMURTA KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN HAVUÇ / SALATALIK SÜT	37,5 30 30 13/9 44	SİMİT - PEYNİR SÜT	208-30 44	TOP PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN TAHİN PEKMEZ CEVİZ SÜT	44 30 45 45 44	ACMA MEYVE ÇAYI	207 25	SÜTLÜ YUMURTA BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN KAPYA BIBER / HAVUÇ SÜT	76 30 30 15/13 44
ÖĞLE YEMEĞİ	KAŞARLI DOMATES ÇORBA TAVUK DÖNER PIRINÇ PILAVI AYRAN SALATA BAR	175 250 249 64	MERCİMEK ÇORBA ISPANAK DOMATES SOSLU MAKARNA MEYVE SALATA BAR	197 180 215 70	KREMALI BROKOLİ ÇORBA ETLİ NOHUT BULGUR PILAVI CACIK SALATA BAR	164 180 210 40	YAYLA ÇORBA HINDİ SOTE ERİŞTE MEYVE SALATA BAR	148 280 200 70	EZOĞELİN ÇORBA BOLONEZ SOSLU MANTI MAKARNA ZEYTİNYAĞLI PIRASA MEYVE SALATA BAR	220 215 200 70
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ	MEYVE	70 949,5	ISLAK KEK	193 899	MEYVE SALATASI	150 862	KURUDİTE	70 1000	GALETA UNLU BÖREK	235 1120
	9.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	10.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	11.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	12.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	13.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH ARA ÖĞÜNÜ	OMLET BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN BAL / HAVUÇ SÜT	60 30 30 33/13 44	ÇECİL PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN EV YAPIMI REÇEL / KAPYA BIBER BADEM SÜT	34 30 45/15 45 44	DEREOTLU POÇAÇA LİMONATA	214 80	PANKEK SÜT	90 44	HASLANMIS YUMURTA KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN TAHİN PEKMEZ / SALATALIK SÜT	37,5 53 30 45/9 44
ÖĞLE YEMEĞİ	KAŞARLI DOMATES ÇORBA KIYMALI BEZELYE PIRINÇ PILAVI MEYVE SALATA BAR	175 210 249 70	TARHANA ÇORBA ISVEÇ KÖFTE FESLEĞEN SOSLU MAKARNA MEYVE SALATA BAR	204 265 215	MERCİMEK ÇORBA ASYA USULÜ TAVUK BULGUR PILAVI CACIK SALATA BAR	197 356 210 40	YAYLA ÇORBA YEŞİL MERCİMEK KIYMALI TEPŞİ BÖREĞİ MEYVE SALATA BAR	148 200 235 70	EZOĞELİN ÇORBA PIZZA AYRAN MEYVE SALATA BAR	220 335 64 70
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ TOPLAMKALORI	SUSAMLI HALKA	210 1078	KURUYEMİŞ	150 942	MEYVE	70 1167	KURUDİTE	70 857	TIRAMİSU	237 1016,5
	16.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	17.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	18.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	19.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	20.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH ARA ÖĞÜNÜ	SİMİT - PEYNİR SÜT	208-30 44	SÜTLÜ YUMURTA KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN BAL / HAVUÇ SÜT	76 30 30 33/13 44	SACAĞLI MEYVE ÇAYI	184 25	TOP PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN HAVUÇ / SALATALIK EV YAPIMI REÇEL SÜT	44 30 13/9 45 44	HASLANMIS YUMURTA BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN CEVİZ / BAL SÜT	37,5 30 30 45/33 44
ÖĞLE YEMEĞİ	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI KAPUSKA YOĞURTLU MAKARNA MEYVE SALATA BAR	197 145 250 70	YAYLA ÇORBA PANKO KAPLAMALI TAVUK ERİŞTE MEYVE SALATA BAR	148 265 200 70	DÜĞÜN ÇORBA CANAK PATATES PIRINÇ PILAVI CACIK SALATA BAR	142 185 249 40	SEHRIYE ÇORBASI CANAK PATATES BULGUR PILAVI MEYVE SALATA BAR	176 144 210 70	KASARLI DOMATES ÇORBA HAMBURGER AYRAN MEYVE SALATA BAR	175 250 64 70
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ	KURUDİTE	70 776	MİLFÖY PASTA	195 1058	MEYVE	70 895	TUZLU KURABIYE	214 888	KURUYEMİŞ	150 820,5
	23.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	24.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	25.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	26.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	27.02.2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH ARA ÖĞÜNÜ	SACAĞLI SÜT	184 88	OMLET BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN BAL / HAVUÇ SÜT	60 30 30 33/13 44	TOP PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN EV YAPIMI REÇEL / SALATALIK BADEM SÜT	44 30 45/9 45 44	ACMA LİMONATA	207 80	HASLANMIS YUMURTA KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN TAHİN PEKMEZ SÜT	37,5 53 30 45 44
ÖĞLE YEMEĞİ	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI ISPANAK PATATESLİ KÖL BÖREĞİ YOĞURT SALATA BAR	197 180 235 80	KREMALI BROKOLİ ÇORBASI 3 SOSLU SPAGETTİ MERCİMEK KÖFTESİ MEYVE SALATA BAR	164 215 150 70	SEBZE ÇORBASI NOHUT BULGUR PILAVI CACIK SALATA BAR	164 185 210 40	TARHANA ÇORBA BOSTAN KEBABİ PEYNİR SOSLU MAKARNA MEYVE SALATA BAR	204 245 245 70	YAYLA ÇORBA TAS KEBABİ - PÜRE PIRINÇ PILAVI MEYVE SALATA BAR	148 252 249 70
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ TOPLAMKALORI	KURUDİTE	70 1034	KURUYEMİŞ	150 883	MEYVE	70 832	MOZAİK PASTA	196 1247	MİLFÖY ÇUBUKLARI	140 1814