



ÖZEL EVRİM OKULLARI HAZİRAN 2026 MENÜSÜ



	1. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	2. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	3. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	4. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	5. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH ARA ÖĞÜNÜ	SİMİT- PEYNİR SÜT	208-30 88	HAŞLANMIŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN HAVUÇ/SALATALIK SÜT	37,5 53 30 13/9 88	BEYAZ PEYNİRLİ, KAŞAR PEYNİRLİ, SALATALIKLI BAGET SANDVIÇ SÜT	232 88	AÇMA MEYVE ÇAYI	207 25	OMLET BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN CEVİZ/BAL SÜT	60 30 30 45/33 88
ÖĞLE YEMEĞİ	KAŞARLI DOMATES ÇORBA KIYMALI ISPANAK MAKARNA YOĞURT SALATA BAR	175 180 215 80	EZOĞELİN ÇORBA ŞEALİ KÖFTE PIRINÇ PILAVI MEYVE SALATA BAR	220 305 249 70	DÜĞÜN ÇORBA GEMİCİ USULÜ KURUFASULYE BULGUR PILAVI CACIK SALATA BAR	142 185 210 40	MERCİMEK ÇORBA TAVUKLU SANDAL SEFASI ERİŞTE MEYVE SALATA BAR	197 320 200 70	ŞAFAK ÇORBA PIZZA AYRAN MEYVE SALATA BAR	179 335 64 70
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ	MEYVE	70 808	SUSAMLI HALKA	210 1262,5	MEYVE	70 967	MEYVE SALATASI	150 1169	BİSKÜVİLİ PASTA	196 1052
	8. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	9. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	10. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	11. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	12. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH ARA ÖĞÜNÜ	DEREOTLU POĞAÇA SÜT	214 88	HAŞLANMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN SALATALIK/BAL SÜT	37,5 30 30 9/33 88	LABNELİ KAŞAR PEYNİRLİ MARULLU SANDVIÇ MEYVE ÇAYI	230 25	OMLET KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN BAL / SALATALIK SÜT	60 53 30 33/9 88		
ÖĞLE YEMEĞİ	TARHANA ÇORBASI 3 SOSLU SPAGETTİ ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA MEYVE SALATA BAR	204 215 200 70	EZOĞELİN ÇORBA TAVUK TANTUNİ AYRAN MEYVE SALATA BAR	220 375 64 70	YAYLA ÇORBA FIRIN PATATES BULGUR PILAVI MEYVE SALATA BAR	148 144 210 70	MERCİMEK ÇORBA HAMBURGER AYRAN MEYVE SALATA BAR	197 250 64 70	RESMİ TATİL	
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ TOPLAMKALORİ	MEYVELİ YOĞURT	150 1141	MUHALLEBİ	150 1064,5	KRUDİTE	70 897	KURUYEMİŞ	150 932		
	15. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	16. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	17. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	18. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	19. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH ARA ÖĞÜNÜ	TAHİN PEKMEZLİ BAGET SANDVIC SÜT	195 88	HAŞLANMIŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN EV YAPIMI REÇEL/CEVİZ SÜT	37,5 53 30 45/45 88	SACAKLI SÜT	184 88	SİMİT- PEYNİR SÜT	208-30 88	OMLET BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN TAHİN PEKMEZ / SALATALIK SÜT	60 30 30 45/9 88
ÖĞLE YEMEĞİ	KAŞARLI DOMATES ÇORBA PILAVÜSTÜ TAVUK DÖNER AYRAN MEYVE SALATA BAR	175 439 64 70	SERBE ÇORBA YEŞİL MERCİMEK FIRIN MAKARNA MEYVE SALATA BAR	164 200 382 70	MERCİMEK ÇORBA KARNİYARIK PIRINÇ PILAVI CACIK SALATA BAR	220 180 249 40	EZOĞELİN ÇORBA KABAK DOLMA ERİŞTE YOĞURT SALATA BAR	220 270 200 80	BROKOLİ ÇORBA BOLONEZ SOSLU MANTI MAKARNA ZEYTİNYAĞLI TAZE FASULYE MEYVE SALATA BAR	164 285 200 70
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ	MEYVE SALATASI	150 1181	KAKAOLU ISLAK KEK	206 1230,5	MEYVE	70 1031	KURUYEMİŞ	150 1008	SUPANGLE	157 1084
	22. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	23. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	24. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	25. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)	26. 06. 2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH ARA ÖĞÜNÜ	POĞAÇA SÜT	214 88	SİMİT- PEYNİR SÜT (4)	208-30 88			HAŞLANMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN HAVUÇ/SALATALIK SÜT	37,5 30 30 13/9 88	KARISIK ARA ÖĞÜN MALZEMELERİ SÜT	88
ÖĞLE YEMEĞİ	EZOĞELİN ÇORBA KIYMALI BEZELYE PIRINÇ PILAVI ÇUBUKLU VANILYA KAKAOLU DONDURMA SALATA BAR	220 210 249 113	AYRAN AŞI ÇORBA PÜRELİ HİNDİ SOTE BULGUR PILAVI MEYVE SALATA BAR	126 290 210 70			EZOĞELİN ÇORBA BEYTİ SERBE BURETTİ MEYVE SALATA BAR	220 350 70 70	KARNE GÜNÜ	
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ TOPLAMKALORİ	MEYVE	70 1164	KRUDİTE	70 854			BOMBOLONİ	135 1030,5		

Öğünlerde tüketilen cinsmeler toplam kaloriye dahil edilmemiştir.

Okulda alınan ve okul dışında alınanlar gereken besin grupları listesine web sitemizden ulaşabilirsiniz.

Vetiler, çocuklarındaki mevcut gıda alerjisi ve çölyak hastalığı okul yönetimine bildirmelidir. Bu menideki yemeklerin Türk Gıda Kodeksi'ne göre alerjen numaraları ve bilgileri aynı bir liste olarak web sitemizde ekledik.