



ÖZEL EVRİM OKULLARI ANA OKULU EYLÜL 2026 MENÜSÜ



	14.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	15.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	16.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	17.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	18.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH KAHVALTI	KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN DOMATES / SALATALIK BAL SÜT	53 30 13/9 33 44	HAŞLANMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN SALATALIK/ TAHİN PEKMEZ SÜT	37,5 30 30 9/45 44	BALLI PANKEK LABNE SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN KAPYA BİBER / SALATALIK SÜT	123 30 30 15/9 44	BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN DOMATES / HAVUÇ EV YAPIMI REÇEL EV YAPIMI LIMONATA	30 30 13/13 45 40	HAŞLANMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN BAL / SALATALIK SÜT	37,5 30 30 33/9 44
ÖĞLE YEMEĞİ	MERCİMEK ÇORBA IZGARA KÖFTE/PATATES PIRINÇ PILAVI MEYVE SALATA BAR	197 400 249 70 70	SEBZE ÇORBA KABAK DOLMA DOMATES SOSLU MAKARNA YOĞURT SALATA BAR	164 270 215 80 70	DOMATES ÇORBASI PILAV ÜSTÜ ET DÖNER MEYVE AYRAN SALATA BAR	148 439 70 64 70	EZOĞELİN ÇORBA BOSTAN PATLICANI KEBABI BULGUR PILAVI CACIK SALATA BAR	220 245 210 40 70	YAYLA ÇORBA AYRAN MEYVE SALATA BAR	148 335 64 70 70
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ TOPLAMKALORİ	KRUDİTE	70 1159	SUSAMLI HALKA	210 1125,5	KURUYEMİŞ	150 1113	MEYVE	70 943	ZEBRA KEK	209 1000,5
	21.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	22.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	23.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	24.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	25.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)
SABAH KAHVALTI	HAŞLANMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN DOMATES / SALATALIK SÜT	37,5 30 30 13/13 44	BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN HAVUÇ / MEYVE EV YAPIMI REÇEL SÜT	30 30 13/30 45 44	KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN KAPYA BİBER / SALATALIK BAL SÜT	53 30 15/9 33 44	LABNE SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN DOMATES / MARUL EV YAPIMI REÇEL EV YAPIMI LIMONATA	30 30 13/7 45 40	OMLET BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN DOMATES / TAHİN PEKMEZ SÜT	60 30 30 13/45 44
ÖĞLE YEMEĞİ	DOMATES ÇORBA 3 SOSLU MAKARNA ZEYTİNYAĞLI TAZE FASULYE MEYVE SALATA BAR	148 215 200 70 70	MERCİMEK ÇORBA ÇÖKERTME KEBABI ERİSTE MEYVE SALATA BAR	197 362 200 70 70	DÜĞÜN ÇORBA GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE PIRINÇ PILAVI MEYVE SALATA BAR	142 185 249 70 70	YAYLA ÇORBA SANDAL SEFASI BULGUR PILAVI MEYVE SALATA BAR	148 320 210 70 70	EZOĞELİN ÇORBA HAMBURGER AYRAN MEYVE SALATA BAR	220 313 64 70 70
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ TOPLAMKALORİ	MEYVELİ TURTA	219 1006,5	TUZLU KURABIYE	214 1205	KURUYEMİŞ	150 971	PATATES SALATASI	150 1056	MOZAİK PASTA	196 1040
	28.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	29.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)	30.09.2026	Kalori Değerleri (KCAL)				
SABAH KAHVALTI	HAŞLANMIŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN SALATALIK / EV YAPIMI REÇEL SÜT	37,5 53 30 9/45 44	LABNELİ EKMEK SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN DOMATES / MARUL MEYVE EV YAPIMI LIMONATA	100 30 13/7 30 40	BEYAZ PEYNİR SIYAH VE YEŞİL ZEYTİN SALATALIK / HAVUÇ BAL SÜT	30 30 9/13 33 40				
ÖĞLE YEMEĞİ	MERCİMEK ÇORBA ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA PIRINÇ PILAVI MEYVE SALATA BAR	197 200 249 70 70	DOMATES ÇORBA PÜRELİ ROSTO KÖFTE BULGUR PILAVI YOĞURT SALATA BAR	148 400 210 80 70	SEBZE ÇORBASI HİNDİ SOTE DOMATES SOSLU MAKARNA MEYVE SALATA BAR	164 290 215 70 70				
İKİNDİ ARA ÖĞÜNÜ TOPLAMKALORİ	MAGNOLYA	154 1043,5	AĞAÇ KARPUZ	70 1121	KRUDİTE	70 951				