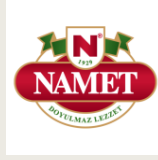


## EKİM 2025

|              | PAZARTESİ               | KCAL | SALI                    | KCAL | ÇARŞAMBA                          | KCAL | PERŞEMBE         | KCAL | CUMA              | KCAL | CUMARTESİ                                                                             | KCAL | PAZAR                                                                                 | KCAL |
|--------------|-------------------------|------|-------------------------|------|-----------------------------------|------|------------------|------|-------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|------|
|              | 29.09.2025              |      | 30.09.2025              |      | 1.10.2025                         |      | 2.10.2025        |      | 3.10.2025         |      | 4.10.2025                                                                             |      | 5.10.2025                                                                             |      |
| KAHVALTI     | HAŞLANMIŞ YUMURTA       |      | SADE AÇMA               |      | OMLET                             |      | SİMİT            |      | HAŞLANMIŞ YUMURTA |      |                                                                                       |      |                                                                                       |      |
|              | LABNE PEYNİR            |      | BEYAZ PEYNİR            |      | DOMATES-SALATALIK                 |      | ÜÇGEN PEYNİR     |      | BEYAZ PEYNİR      |      |    |      |    |      |
|              | SİYAH ZEYTİN            |      | HAVUÇ ÇUBUKLARI         |      | KAŞAR PEYNİR                      |      | YEŞİL ZEYTİN     |      | SALATALIK ÇUBUK   |      |                                                                                       |      |    |      |
|              | PİKNİK REÇEL            |      | KAKAOLU FINDIK KREMA    |      | TAHİN PEKMEZ                      |      | PİKNİK BAL       |      | SİYAH ZEYTİN      |      |                                                                                       |      |    |      |
|              | IHLAMUR ÇAYI            |      | SÜT                     |      | MEYVE ÇAYI                        |      | SÜT              |      | KUŞBURNU ÇAYI     |      |                                                                                       |      |    |      |
| ÇORBA        | EZOGELİN ÇORBA          |      | TAVUKSUYU ÇORBA         |      | SEBZE ÇORBA                       |      | MERCİMEK ÇORBA   |      | EZOGELİN ÇORBA    |      |    |      |                                                                                       |      |
| ANA YEMEK    | PIZZA                   |      | ETLİ NOHUT YEMEĞİ       |      | İZMİR KÖFTE                       |      | ETLİ PATATES     |      | IZGARA TAVUK      |      |    |      |                                                                                       |      |
| YARDIMCI YEM | PATATES                 |      | PİRİNÇ PİLAVI           |      | BULGUR PİLAVI                     |      | PİRİNÇ PİLAVI    |      | SOSLU MAKARNA     |      |                                                                                       |      |                                                                                       |      |
| TAMAMLAYICI  | AYRAN                   |      | BAKLAVA                 |      | MEYVE                             |      | TİRAMİSU         |      | AYRAN             |      |    |      |                                                                                       |      |
| SALATA       |                         |      |                         |      |                                   |      |                  |      |                   |      |  |      |                                                                                       |      |
|              | MEVSİM YEŞİLLİĞİ        |      | ROKALI YEŞİL SALATA     |      | MEVSİM SALATA                     |      | HAVUÇLU KIVIRCIK |      | AKDENİZ SALATA    |      |                                                                                       |      |  |      |
|              | ZY. BROKOLİ             |      | CACIK                   |      | KIRMIZI LAHANA                    |      | ÇOBAN SALATA     |      | AMERİKAN SALATA   |      |                                                                                       |      |                                                                                       |      |
|              | ÇOBAN SALATA            |      | ZY. BAMYA               |      | YOĞURT                            |      | YOĞURT           |      | ACILI EZME        |      |                                                                                       |      |                                                                                       |      |
|              | HAVUÇ TARATOR           |      | KARIŞIK TURŞU           |      | BİBER DOLMA                       |      | KISIR            |      | ZY. ENGİNAR       |      |                                                                                       |      |                                                                                       |      |
|              | KIRMIZI LAHANA          |      | HAVUÇ RENDE             |      | KÖZ PATLICAN SALATA               |      | ZY. TAZE FASULYE |      | KIRMIZI LAHANA    |      |  |      |                                                                                       |      |
| ikindi       | SUSAMLI ÇUBUK DAMLA ÇAY |      | ISLAK KEK KUŞBURNU ÇAYI |      | GÜN KURUSU - LEBLEBİ IHLAMUR ÇAYI |      | MEYVE YOĞURT     |      | HAVUÇLU KEK SÜT   |      |                                                                                       |      |                                                                                       |      |

## Ekim 2025

|                | PAZARTESİ<br>6.10.2025                                                                       | KCAL | SALI<br>7.10.2025                                                                                      | KCAL | ÇARŞAMBA<br>8.10.2025                                                                 | KCAL | PERŞEMBE<br>9.10.2025                                                                            | KCAL | CUMA<br>10.10.2025                                                                     | KCAL | CUMARTESİ<br>11.10.2025                                                               | KCAL | PAZAR<br>12.10.2025                                                                   | KCAL |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|------|
| KAHVALLI       | HAŞLANMIŞ YUMURTA<br>BEYAZ PEYNİR<br>DOMATES-SALATALIK<br>SİYAH ZEYTİN<br>KARIŞIK BİTKİ ÇAYI |      | POĞAÇA<br>KAŞAR PEYNİR<br>PİKNİK REÇEL<br>YEŞİL ZEYTİN SÜT                                             |      | KAŞARLI OMLET<br>BEYAZ PEYNİR<br>PİKNİK BAL<br>TEREYAĞ<br>IHLAMUR ÇAYI                |      | PATATESLİ BÖREK<br>DOMATES-SALATALIK<br>REÇEL<br>SİYAH ZEYTİN SÜT                                |      | HAŞLANMIŞ YUMURTA<br>LABNE PEYNİR<br>HAVUÇ ÇUBUK<br>KAKAOLU FINDIK KREMA<br>MEYVE ÇAYI |      |    |      |    |      |
| ÇORBA          | EZOĞELİN ÇORBA                                                                               |      | BROKOLİ ÇORBA                                                                                          |      | DOMATES ÇORBA                                                                         |      | ALACA ÇORBA                                                                                      |      | MERCİMEK ÇORBA                                                                         |      |    |      |    |      |
| ANA YEMEK      | KIYMALI İSPANAK                                                                              |      | IZGARA KÖFTE / PATATES                                                                                 |      | GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE<br>ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI                                  |      | TAVUK ŞİŞ / LAVAŞ                                                                                |      | PÜRELİ TAS KEBABİ                                                                      |      |    |      |    |      |
| YARDIMCI YEMEK | SU BÖREĞİ                                                                                    |      | SOSLU MAKARNA                                                                                          |      | SUPANGLE                                                                              |      | BULGUR PİLAVI                                                                                    |      | PIRİNÇ PİLAVI                                                                          |      |    |      |   |      |
| TAMAMLAYICI    | MEYVE                                                                                        |      | AYRAN                                                                                                  |      |                                                                                       |      | AYRAN                                                                                            |      | TRİLEÇE                                                                                |      |  |      |  |      |
| SALATA BÜFESİ  | MEVSİM SALATA<br>ÇOBAN SALATA<br>ZY. BARBUNYA<br>KISIR<br>YOĞURT                             |      | ROKALI YEŞİL SALATA<br>KÖZLENMİŞ PATLICAN SALATA<br>HAVUÇ TARATOR<br>KIRMIZI LAHANA<br>ZY. KABAK KALYE |      | AKDENİZ SALATA<br>KARIŞIK TURŞU<br>YOĞURTLU MAKARNA<br>ÇOBAN SALATA<br>MERCİMEK KÖFTE |      | MEVSİM SALATA<br>YOĞURTLU SEMİZOTU<br>ZEYTİNLİ MISIR SALATA<br>KORNİŞON TURŞU<br>ZY.KARNABAHAHAR |      | ROKALI YEŞİL SALATA<br>KIRMIZI LAHANA<br>BUĞDAY SALATA<br>CACIK<br>ZY. KEREVİZ         |      |  |      |                                                                                       |      |
| İKİNDİ         | DAMLA ÇİKOLATALI KURABİYE<br>IHLAMUR ÇAYI                                                    |      | ZEBRA KEK<br>MEYVE ÇAYI                                                                                |      | MEYVE<br>YOĞURT                                                                       |      | SUSAMLI TOPLAR<br>LİMONATA                                                                       |      | KARIŞIK KURUYEMİŞ<br>IHLAMUR ÇAYI                                                      |      |                                                                                       |      |                                                                                       |      |

|                | PAZARTESİ<br>13.10.2025                                               | KCAL | SALI<br>14.10.2025                                                                     | KCAL | ÇARŞAMBA<br>15.10.2025                                                                  | KCAL | PERŞEMBE<br>16.10.2025                                                                  | KCAL | CUMA<br>17.10.2025                                                                              | KCAL | CUMARTESİ<br>18.10.2025                                                                                                                                                        | KCAL | PAZAR<br>19.10.2025                                                                                                                                                        | KCAL |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| KAHVALTI       | OMLET<br>KAŞAR PEYNİR<br>HAVUÇ ÇUBUKLARI<br>TAHİN PEKMEZ<br>SÜT       |      | FIRIN PATATES<br>BEYAZ PEYNİR<br>SİYAH ZEYTİN<br>KAKAOLU FINDIK<br>KREMA<br>MEYVE ÇAYI |      | HAŞLANMIŞ<br>YUMURTA<br>LABNE PEYNİR<br>DOMATES-<br>SALATALIK<br>REÇEL<br>KUŞBURNU ÇAYI |      | SİMİT<br>DOMATES-<br>SALATALIK<br>YEŞİL ZEYTİN<br>ÜÇGEN PEYNİR<br>KARIŞIK MEYVE<br>ÇAYI |      | MENEMEN<br>SALATALIK-HAVUÇ<br>ÇUBUKLARI<br>BEYAZ PEYNİR<br>PİKNİK BAL<br>SÜT                    |      | <br>     |      | <br> |      |
| ÇORBA          | EZOĞELİN ÇORBA                                                        |      | YOĞURT ÇORBA                                                                           |      | TARHANA ÇORBA                                                                           |      | MERCİMEK ÇORBA                                                                          |      | MANTAR ÇORBA                                                                                    |      |                                                                                             |      |                                                                                         |      |
| ANA YEMEK      | ETLİ TAZE FASULYE                                                     |      | SEBZELİ BAGET<br>HAŞLAMA                                                               |      | MANTI                                                                                   |      | ETLİ NOHUT                                                                              |      | PÜRELİ MİSKET KÖFTE                                                                             |      |                                                                                             |      |                                                                                         |      |
| YARDIMCI YEMEK | PİRİNÇ PİLAVI                                                         |      | ERİŞTE                                                                                 |      | SEBZE BUKETİ                                                                            |      | ŞEHRİYELİ PİRİNÇ<br>PİLAVI                                                              |      | SOSLU MAKARNA                                                                                   |      |                                                                                             |      |                                                                                        |      |
| TAMAMLAYICI    | MOZAİK PASTA                                                          |      | AYRAN                                                                                  |      | MEYVE                                                                                   |      | ŞEKERPARE                                                                               |      | AYRAN                                                                                           |      |                                                                                             |      |                                                                                        |      |
| SALATA BÜFESİ  | MEVSİM YEŞİLLİĞİ<br>YOĞURT<br>ÇOBAN SALATA<br>KIRMIZI LAHANA<br>KISIR |      | AKDENİZ SALATA<br>ZY. KARNABAHAAR<br>HAVUÇ TARATOR<br>KÖZLENMİŞ BİBER<br>PANCAR TURŞU  |      | HAVUÇLU GÖBEK<br>KIRMIZI LAHANA<br>ZY. BARBUNYA<br>MERCİMEK KÖFTE<br>YOĞURT             |      | MEVSİM SALATA<br>KARIŞIK TURŞU<br>CACIK<br>ZY. BROKOLİ<br>ŞAKŞUKA                       |      | ROKALI GÖBEK<br>YOĞURTLU KÖZ PATLICAN<br>KIRMIZI LAHANA<br>YEŞİL MERCİMEK SALATA<br>ZY. KEREVİZ |      | <br> |      |                                                                                       |      |
| İKİNDİ         | PATATESLİ POĞAÇA<br>KARIŞIK MEYVE ÇAYI                                |      | MEYVE<br>YOĞURT                                                                        |      | ÜZÜMLÜ KEK<br>SÜT                                                                       |      | GÜN KURUSU - LEBLEBİ<br>DAMLA ÇAY                                                       |      | COOKİE<br>MEYVE ÇAYI                                                                            |      |                                                                                           |      |                                                                                       |      |

|                | PAZARTESİ                                                                                  | KCAL | SALI                                                                                    | KCAL | ÇARŞAMBA                                                                               | KCAL | PERŞEMBE                                                                             | KCAL | CUMA                                                                              | KCAL | CUMARTESİ                                                                             | KCAL | PAZAR                                                                                 | KCAL |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|------|
|                | 20.10.2025                                                                                 |      | 21.10.2025                                                                              |      | 22.10.2025                                                                             |      | 23.10.2025                                                                           |      | 24.10.2025                                                                        |      | 25.10.2025                                                                            |      | 26.10.2025                                                                            |      |
| KAHVALTI       | HAŞLANMIŞ YUMURTA<br>DOMATES-<br>SALATALIK<br>BEYAZ PEYNİR<br>SİYAH ZEYTİN<br>IHLAMUR ÇAYI |      | POĞAÇA<br>LABNE PEYNİRİ<br>SALATALIK-HAVUÇ<br>ÇUBUKLARI<br>PİKNİK BAL<br>SÜT            |      | OMLET<br>KAŞAR PEYNİR<br>YEŞİL ZEYTİN<br>KAKAOLU FINDIK<br>KREMA<br>KARIŞIK MEYVE ÇAYI |      | SİMİT<br>ÜÇGEN PEYNİR<br>REÇEL<br>SİYAH ZEYTİN<br>SÜT                                |      | HAŞLANMIŞ YUMURTA<br>BEYAZ PEYNİR<br>TEREYAĞ<br>BAL<br>KUŞBURNU ÇAYI              |      |    |      |    |      |
| ÇORBA          | TEL ŞEHRİYE ÇORBA                                                                          |      | YAYLA ÇORBA                                                                             |      | DOMATES ÇORBA                                                                          |      | SEBZE ÇORBA                                                                          |      | MERCİMEK ÇORBA                                                                    |      |    |      |    |      |
| ANA YEMEK      | ETLİ BEZELYE                                                                               |      | TAVUK ŞİNİTZEL /<br>PATATES                                                             |      | KIYMALI YEŞİL<br>MERCİMEK                                                              |      | İZMİR KÖFTE                                                                          |      | BOHÇA KEBABI                                                                      |      |    |      |    |      |
| YARDIMCI YEMEK | FIRIN MAKARNA                                                                              |      | BULGUR PİLAVI                                                                           |      | SOSLU SPAGETTİ                                                                         |      | PİRİNÇ PİLAVI                                                                        |      | ERİŞTE                                                                            |      |    |      |   |      |
| TAMAMLAYICI    | MEYVE                                                                                      |      | LİMONATA                                                                                |      | SÜTLAÇ                                                                                 |      | MEYVE                                                                                |      | AYRAN                                                                             |      |  |      |  |      |
| SALATA BÜFESİ  | HAVUÇLU GÖBEK<br>KIRMIZI LAHANA<br>BUĞDAY SALATA<br>ŞAKŞUKA<br>CACIK                       |      | ROKALI YEŞİL SALATA<br>AMERİKAN SALATA<br>ZY. BROKOLİ<br>ZEYTİNLİ MISIR<br>PANCAR TURŞU |      | HAVUÇLU GÖBEK<br>MÜCVER<br>KIRMIZI LAHANA<br>KISIR<br>YOĞURT                           |      | MEVSİM SALATA<br>KIRMIZI LAHANA<br>Z.Y KABAK<br>PEYNİRLİ ROKA<br>YOĞURTLU<br>MAKARNA |      | AKDENİZ SALATA<br>YOĞURTLU KÖZ BİBER<br>HAVUÇ RENDE<br>ÇOBAN SALATA<br>ZY. PIRASA |      |  |      |                                                                                       |      |
| İKİNDİ         | HAVUÇLU KEK<br>SÜT                                                                         |      | MEYVE<br>YOĞURT                                                                         |      | PİŞİ<br>AYRAN                                                                          |      | KARIŞIK KURUYEMİŞ<br>LİMONATA                                                        |      | KAKAOLU KURABİYE<br>SÜT                                                           |      |                                                                                       |      |                                                                                       |      |



DEĞERLER GÜNLÜK 2500 KCAL ENERJİ GEREKSİNİMİ ÜZERİNDEN HESAPLANMIŞTIR.ADET /KG/ÜZERİNDE FARKLILIK GÖSTERE BİLİR.



## EKİM 2025

|                | PAZARTESİ                                                                                 |       | SALI                                                                               |       | ÇARŞAMBA                             |       | PERŞEMBE                                                                               |       | CUMA                                                                                       |       | CUMARTESİ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | PAZAR |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|                | 27.10.2025                                                                                | KCAL. | 28.10.2025                                                                         | KCAL. | 29.10.2025                           | KCAL. | 30.10.2025                                                                             | KCAL. | 31.10.2025                                                                                 | KCAL. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KCAL.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |       |
| KAHVALTI       | HAŞLANMIŞ<br>YUMURTA<br>SALATALIK<br>ÇUBUKLARI<br>BEYAZ PEYNİR<br>SİYAH ZEYTİN<br><br>SÜT |       | AÇMA<br><br>KAŞAR PEYNİR<br>YEŞİL ZEYTİN<br>KAKAOLU FINDIK KREMA<br><br>MEYVE ÇAYI |       | 29 EKİM<br>CUMHURİYET<br><br>BAYRAMI |       | SİMİT<br><br>DOMATES<br>SALATALIK<br>LABNE PEYNİR<br>SİYAH ZEYTİN<br><br>KUŞBURNU ÇAYI |       | OMLET<br><br>KAŞAR PEYNİRİ<br><br>BAL<br>TEREYAĞ<br><br>SÜT                                |       | <br><br><br><br><br> | <br><br><br><br><br> |       |
| ÇORBA          | DÜĞÜN ÇORBA                                                                               |       | MERCİMEK ÇORBA                                                                     |       |                                      |       | EZOĞELİN ÇORBA                                                                         |       | DOMATES ÇORBA                                                                              |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |
| ANA YEMEK      | KIYMALI ISPANAK                                                                           |       | ORMAN KEBABI                                                                       |       |                                      |       | ETLİ KURU FASULYE                                                                      |       | FIRIN TAVUK                                                                                |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |
| YARDIMCI YEMEK | SU BÖREĞİ                                                                                 |       | ŞEHRİYELİ PİRİNÇ<br>PİLAVI                                                         |       |                                      |       | PİRİNÇ PİLAVI                                                                          |       | SOSLU MAKARNA                                                                              |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |
| TAMAMLAYICI    | TULUMBA TATLISI                                                                           |       | MEYVE                                                                              |       |                                      |       | CEVİZLİ KADAYIF                                                                        |       | AYRAN                                                                                      |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |
| SALATA BÜFESİ  | MEVSİM SALATA<br>YOĞURT<br>KIRMIZI LAHANA<br>ZY. BARBUNYA<br><br>KISIR                    |       | HAVUÇLU GÖBEK<br>ÇOBAN SALATA<br>NOHUT SALATASI<br>CACIK<br><br>Z.Y. ENGİNAR       |       |                                      |       | MEVSİM SALATA<br>HAVUÇ RENDE<br>KARIŞIK TURŞU<br>CACIK<br><br>MAKARNA SALATA           |       | ROKALI GÖBEK<br>YOĞURTLU KÖZ PATLICAN<br>ÇOBAN SALATA<br>ZY. BROKOLİ<br><br>KIRMIZI LAHANA |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |
| ikindi         | MEYVE<br><br>YOĞURT                                                                       |       | SUSAMLI ÇUBUK<br><br>IHLAMUR ÇAYI                                                  |       |                                      |       | GÜN KURUSU -<br>LEBLEBİ<br>LİMONATA                                                    |       | ISLAK KEK<br><br>DAMLA ÇAY                                                                 |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |

DEĞERLER GÜNLÜK 2500 KCAL ENERJİ GEREKSİNİMİ ÜZERİNDEN HESAPLANMIŞTIR.ADET /KG/ÜZERİNDE FARKLILIK GÖSTERE BİLİR.  
TÜM ÜRÜNLER/GIDALAR ESER MİKTARDA TÜM ALERJENLERİ İÇERE BİLİR.

PROJE MÜDÜRÜ/DİYETİSYEN

REVİR HEMŞİRESİ

İLKOKUL MÜDÜR YARDIMCISI

İLKOKUL-ORTAOKUL MÜDÜRÜ

KOORDİNATÖR MÜDÜR

