



Açık Büfe	Öğle Yemeği	Salata Bar	Zeytinyağlı	Meyve-Tatlı	Ara Öğün
<b>01/11/2019 Cuma</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) HAŞLANMIŞ YUMURTA (80 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	YAYLA ÇORBASI (70 kcal) ETLİ BEZELYE (145 kcal) SADE MAKARNA (354 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	KISIR (202 kcal)	ŞEKERPARE (283 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	MUFFIN KEK (345 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>04/11/2019 Pazartesi</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) POĞAÇA (261 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	DOMATES ÇORBASI (114 kcal) ETLİ NOHUT (350 kcal) PIRINÇ PILAVI (325 kcal) TURŞU (14 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI ACILI EZME (79 kcal)	KEŞKÜL (79 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	KAKAOLU KEK (345 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>05/11/2019 Salı</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) OMLET (240 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	EZOĞELİN ÇORBASI (95 kcal) KÖRİ SOSLU TAVUK (238 kcal) PENNE ARABİTA (354 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI TAZE FASULYE (152 kcal)	REVANİ (348 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	KARIŞIK MEVSİM MEYVELERİ (45/60 kcal) (ANASINIFI) BÖREK (194 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>06/11/2019 Çarşamba</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) PATATES ŞATO (93 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	YAYLA ÇORBASI (70 kcal) ORMAN KEBABI (256 kcal) BULGUR PILAV (291 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI BROKOLİ (33 kcal)	MEYVELİ PUDİNG (163 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	KURU MEYVE CEVİZ (224 kcal) (ANASINIFI) BAL-TEREYAĞ EKMEK (362 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>07/10/2019 Perşembe</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) DOMATESLİ TOST (216 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	MERCİMEK ÇORBASI (112 kcal) KIYMALI PASTA (156 kcal) TAVUKLU PILAV (336 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (17 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	YOĞURTLU MAKARNA (233 kcal)	ISLAK KEK (570 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	KURABİYE (430 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>08/11/2019 Cuma</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) HAŞLANMIŞ YUMURTA (80 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	MANTAR ÇORBASI (139 kcal) KURU KÖFTE (182 kcal) SPAGETTİ (339 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	HAYDARI (102 kcal)	SÜTLÜÇ (201 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	KARIŞIK MEVSİM MEYVELERİ (45/60 kcal) (ANASINIFI) POĞAÇA (261 kcal)
<b>11/11/2019 Pazartesi</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) PATATESLİ OMLET (390 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	SARAY AŞI (160 kcal) ET SOTE (107 kcal) BULGUR PILAVI (291 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI BÖRÜLCE (101 kcal)	KEMALPAŞA (167 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	BÖREK (194 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>12/11/2019 Salı</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) KAHVALLI SOSU (298 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	KURU BAMYA (45 kcal) SALÇALI TAVUK BİFTEK (263 kcal) FESLEĞENLİ MAKARNA (354 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI HAVUÇ TARATOR (69 kcal)	SAKIZLI MUHALLEBİ (124 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	KURU MEYVE CEVİZ (224 kcal) (ANASINIFI) SOĞUK SANDVIÇ (195 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>13/11/2019 Çarşamba</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) POĞAÇA (261 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	MERCİMEK ÇORBASI (112 kcal) KAPUSKA (171 kcal) ETLİ MANTI (482 kcal) YOĞURT (66 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI PATATES SALATASI (214 kcal)	UN HELVASI (294 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	MUFİN KEK (345 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>14/11/2019 Perşembe</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) KIYMALI YUMURTA (130 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	TARHANA ÇORBASI (121 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) PIRINÇ PILAVI (326 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (17 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ÇİĞ KÖFTE (181 kcal)	TRİLEÇE (181 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	SARELLELİ EKMEK (128 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal) (ANASINIFI) KAŞARLI EKMEK (212 kcal)
<b>25/11/2019 Pazartesi</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) HAŞLANMIŞ YUMURTA (80 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	MERCİMEK ÇORBASI (112 kcal) İSKENDER KEBAP (761 kcal) İSPANAK KAVURMA (133 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI ACILI EZME (79 kcal)	BAKLAVA (430 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	SÜT (122 kcal) MUZ (68 kcal)
<b>26/10/2019 Salı</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) DOMATES (14 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	DÜĞÜN ÇORBASI (93 kcal) PATATES OTURTMA (471 kcal) Ş. BULGUR PILAVI (291 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal)	ZEYTINYAĞLI KEREVİZ (60 kcal)	SUPANGLE (171 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	MOZAIK KEK (345 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>27/10/2019 Çarşamba</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) SEBZELİ OMLET (125 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	HAVUÇ ÇORBASI (89 kcal) ÇİTİR BAGET (642 kcal) SPAGETTİ (339 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI KABAK TARATOR (142 kcal)	ŞEKERPARE (283 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	KAŞARLI EKMEK (45/60 kcal) (ANASINIFI) ANNE-KURABİYESİ (430 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>28/11/2019 Perşembe</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) PATATES ŞATO (93 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	DOMATES ÇORBASI (114 kcal) ZEYTINYAĞLI BAMYA (111 kcal) ETLİ MANTI (482 kcal) YOĞURT (66 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (14 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI MANTAR SALATA (79 kcal)	TAHİNLİ CEVİZLİ KABAK TATLISI (164 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	KURUYAĞAN (203 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)
<b>29/11/2019 Cuma</b>					
YEŞİL-SİYAH ZEYTİN (45 kcal) KAŞAR- KARPUR PEYNİRİ (460 kcal) BEYAZ PEYNİR (130 kcal) KAYISI-ÇİLEK-VİŞNE REÇELİ (275 kcal) KAHVALLI SOSU (298 kcal) ÇAY / SÜT (70 kcal) DOMATES (14 kcal) SALATALIK (12 kcal) BAL- TEREYAĞ (304 kcal) TAHİN HELVASI (562 kcal) TAHİN PEKMEZ (437 kcal)	YOĞURTLU ŞEHİRİYE (75 kcal) MİSKET KÖFTE (343 kcal) PIRINÇ PILAVI (326 kcal)	GÖBEK (54 kcal) HAVUÇ (41 kcal) K.LAHANA (23 kcal) DOMATES (17 kcal) AYRAN (38 kcal) SALATALIK (12 kcal)	ZEYTINYAĞLI PIRASA (60 kcal)	KEŞKÜL (125 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)	BİSKÜVİ PASTASI (164 kcal) MEVSİM MEYVESİ (45/60 kcal)



