

# HAZİRAN

## AYLIK SAĞLIKLI ÖĞÜN PLANI

KAHALTI	Kcal	ÖĞLE YEMEK	Kcal	İKİNDİ	Kcal
---------	------	------------	------	--------	------

1 Haziran 2026 Pazartesi					
Meyve Çayı	20	Mercimek Çorba	150	Hindistan Cev. Kek	370
Haşlanmış Yumurta	80	Bezelye	200	Çay	20
Beyaz Peynir	80	Erişte	210		
Yeşil Zeytin	35	Kuru Cacık	100		
Siyah Zeytin	35				
Bal	60	Salata Bar	80		
Kaşar Peynir	120				

8 Haziran 2026 Pazartesi					
Meyve Çayı	20	Yayla Çorba	150	Pişi	320
Haşlanmış Yumurta	80	Yaz Türlüsü	200	Meyve Çay	20
Beyaz Peynir	80	Soslu Makarna	350		
Siyah Zeytin	35	Ayran	80		
Domates	10				
Yeşil Zeytin	35	Salata Bar	80		
Tahin Pekmez	90				

15 Haziran 2026 Pazartesi					
Meyve Çayı	20	Mercimek Çorba	150	Tuzlu Kek	250
Haşlanmış Yumurta	80	Taze Fasulye	220	Çay	20
Kaşar Peynir	120	Makarna	350		
Yeşil Zeytin	35	İrmik Helvası	400		
Siyah Zeytin	35				
Tahin Pekmez	90	Salata Bar	80		
Havuç	6				

22 Haziran 2026 Pazartesi					
Meyve Çayı	20	Tarhana Çorba	170	Milföy Böreği	100
Haşlanmış Yumurta	80	Fırın Karnabahar	190	Meyve Çayı	20
Beyaz Peynir	80	Kuskus	250		
Yeşillik	4	Keşkül	300		
Siyah Zeytin	35				
Yeşil Zeytin	35	Salata Bar	80		
Domates	10				

KAHALTI	Kcal	ÖĞLE YEMEK	Kcal	İKİNDİ	Kcal
---------	------	------------	------	--------	------

2 Haziran 2026 Salı					
Süt	130	Tarhana Çorba	170	Mercimek Köfte	180
Poğaç	280	Sebzeli Tavuk Sote	180	Ayran	80
Beyaz Peynir	80	Tereyağlı Bulgur Pilav	300		
Yeşil Zeytin	35	Komposto	140		
Siyah Zeytin	35				
Domates	10	Salata Bar	80		
Salatalık	5				

9 Haziran 2026 Salı					
Süt	130	Şehriye Çorba	150	Elmalı Turta	400
Simit	300	Piliç Baget	190	Çay	20
Yeşil Zeytin	35	Pirinç Pilavı	330		
Beyaz Peynir	80	Yoğurt	120		
Tereyağ	70				
Bal	60	Salata Bar	80		
Havuç	6				

16 Haziran 2026 Salı					
Çay	20			Patlamış Mısır	180
Menemen	200			Limonata	90
Kaşar Peynir	120	BAHAR ŞENLİĞİ			
Tahin Pekmez	90				
Siyah Zeytin	35				
Yeşillik	4				
Yeşil Zeytin	35				

23 Haziran 2026 Salı					
Süt	130	Şehriye Çorba	150	Havuçlu Kek	330
Dereotlu Poğaç	280	Köri Soslu Piliç Sote	220	Limonata	90
Yeşil Zeytin	35	Bulgur Pilavı	280		
Siyah Zeytin	35	Cacık	100		
Beyaz Peynir	80				
Salatalık	5	Salata Bar	80		
Domates	10				

KAHALTI	Kcal	ÖĞLE YEMEK	Kcal	İKİNDİ	Kcal
---------	------	------------	------	--------	------

3 Haziran 2026 Çarşamba					
Meyve Çayı	20	Soğuk Çorba	120	Makarna Salatası	250
Sebzeli Omler	180	Kuru Fasulye	300	Limonata	90
Beyaz Peynir	80	Pirinç Pilavı	330		
Yeşil Zeytin	35	İrmik Tatlısı	320		
Siyah Zeytin	35				
Yeşillik	4	Salata Bar	80		
Kaşar Peynir	120				

10 Haziran 2026 Çarşamba					
Çay	20	Ezogelin Çorba	160	Kısır	140
Peynirli Omler	180	Yeşil Mercimek	130	Ayran	80
Kaşar Peynir	120	Tepsi Böreği	350		
Salatalık	5	Komposto	140		
Domates	10				
Siyah Zeytin	35	Salata Bar	80		
Yeşil Zeytin	35				

17 Haziran 2026 Çarşamba					
Meyve Çayı	20	Tavuksuyu Çorba	130	Patates Salatası	200
Krep	220	Nohut	330	Ayran	80
Beyaz Peynir	80	Pirinç Pilavı	330		
Yeşil Zeytin	35	Şekerpare	450		
Siyah Zeytin	35				
Bal	60	Salata Bar	80		
Kaşar Peynir	120				

24 Haziran 2026 Çarşamba					
Çay	20	Nane. Yoğurt Çorba	150	Tiramisu	330
Patatesli Omler	180	Barbunya	140	Çay	20
Yeşil Zeytin	35	Pirinç Pilavı	330		
Siyah Zeytin	35	Havuç Tarator	120		
Beyaz Peynir	80				
Bal	60	Salata Bar	80		
Salatalık	5				

KAHALTI	Kcal	ÖĞLE YEMEK	Kcal	İKİNDİ	Kcal
---------	------	------------	------	--------	------

4 Haziran 2026 Perşembe					
Süt	130	Domates Çorba	140	Anne Kurabiyesi	420
Tereyağ	70	Et Döner	350	Siyah Çay	20
Bal	60	Pirinç Pilavı	330		
Beyaz Peynir	80	Ayran	80		
Yeşil Zeytin	35				
Domates	10	Salata Bar	80		
Siyah Zeytin	35				

11 Haziran 2026 Perşembe					
Süt	130	Kesme Çorba	200	Üzümlü Kek	350
Kalem Börek	500	Pürelü Rostu Köfte	340	Meyve Çayı	20
Tahin Pekmez	90	Pirinç Pilavı	330		
Yeşil Zeytin	35	Kemalpaşa	450		
Kaşar Peynir	120				
Yeşillik	4	Salata Bar	80		
Beyaz Peynir	80				

18 Haziran 2026 Perşembe					
Süt	130	Mantar Çorba	150	Kruvasan	400
Tereyağ	70	Beyti	700	Çay	20
Bal	60	Bulgur Pilavı	280		
Beyaz Peynir	80	Komposto	140		
Yeşil Zeytin	35				
Havuç	6	Salata Bar	80		
Patates Kızartma	420				

25 Haziran 2026 Perşembe					
Süt	130	Düğün Çorba	250	Mercimek Köfte	180
Tereyağ	70	Patlıcan Musakka	450	Ayran	80
Bal	60	Soslu Makarna	350		
Beyaz Peynir	80	Havuç Prensese	330		
Kaşar Peynir	120				
Domates	10	Salata Bar	80		
Salatalık	5				

KAHALTI	Kcal	ÖĞLE YEMEK	Kcal	İKİNDİ	Kcal
---------	------	------------	------	--------	------

5 Haziran 2026 Cuma					
Çay	20	Ezogelin Çorba	160	Islak Kek	350
Menemen	200	Pizza	330	Meyve Çayı	20
Kaşar Peynir	120	Patates Kızartma	420		
Tahin Pekmez	90	Ayran	80		
Siyah Zeytin	35				
Salatalık	5	Salata Bar	80		
Yeşil Zeytin	35				

12 Haziran 2026 Cuma					
LGS KAPSAMINDA EĞİTİM-ÖĞRETİME BİR GÜNLÜK ARA					

19 Haziran 2026 Cuma					
Süt	130	Sebze Çorba	120	Mozaik Kek	350
Açma	300	Piliç Tantuni	450	Meyve Çayı	20
Yeşil Zeytin	35	Şehriyeli Bulgur Pilavı	300		
Bal	60	Ayran	80		
Domates	10				
Salatalık	5	Salata Bar	80		
Beyaz Peynir	80				

26 Haziran 2026 Cuma					
Meyve Çayı	20	Tarhana Çorba	170	Haşhaşlı Lokum	360
Menemen	200	Hamburger	450	Çay	20
Beyaz Peynir	80	Patates Kızartma	420		
Tahin Pekmez	90	Ayran	80		
Siyah Zeytin	35				
Yeşil Zeytin	35	Salata Bar	80		
Havuç	6				

**SALI VE CUMA GÜNLERİ KAHALTILARIMIZ AÇIK BÜFE OLARAK SERVİS EDİLMEKTEDİR**