

EKİM 2025

AYLIK SAĞLIKLI ÖĞÜN PLANI

SALI VE CUMA GÜNLERİ KAHVALTILARIMIZ AÇIK BÜFE OLARAK SERVİS EDİLMEKTEDİR

1 Ekim 2025 Çarşamba

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	TAVUKSUYU ÇORBA	KAKAOLU KEK
OMLET	NOHUT	MEYVE ÇAYI
SİYAH ZEYTİN	PIRINÇ PILAVI	
KAŞAR PEYNİR	CACIK	
DOMATES		
SALATALIK	SALATA BAR	
BAL		

2 Ekim 2025 Perşembe

Kahvaltı	Öğle	İkindi
SÜT	DOMATES ÇORBA	TUZLU ÇUBUK
BEYAZ PEYNİR	PATLICAN MUSAKKA	LİMONATA
BAL	BULGUR PILAVI	
TEREYAĞ	SÜTLÜ İRMİK TATLISI	
HAVUÇ		
SALATALIK	SALATA BAR	
SİYAH ZEYTİN		

3 Ekim 2025 Cuma

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	TARHANA ÇORBA	MEYVE
MENEMEN	YOĞURTLU KÖFTE	ÇEREZ
KAŞAR PEYNİR	ARPA ŞEHRİYE PILAVI	
TAHİN HELVA	KOMPOSTO	
YEŞİL ZEYTİN		
SİYAH ZEYTİN	SALATA BAR	
DOMATES		

6 Ekim 2025 Pazartesi

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	MERCİMEK ÇORBA	LİMONLU KEK
HAŞLAMA YUMURTA	TAZE FASÜLYE	MEYVE ÇAYI
BEYAZ PEYNİR	PIRINÇ PILAVI	
SİYAH ZEYTİN	YOĞURT	
YEŞİL ZEYTİN		
HAVUÇ	SALATA BAR	
DOMATES		

7 Ekim 2025 Salı

Kahvaltı	Öğle	İkindi
SÜT	SEBZE ÇORBA	SANDVİÇ
PATATESLİ OMLET	PİLİÇ ELBASAN TAVA	LİMONATA
KAŞAR PEYNİR	BULGUR PILAVI	
BEYAZ PEYNİR	MEYVE	
DOMATES		
SALATALIK	SALATA BAR	
YEŞİL ZEYTİN		

8 Ekim 2025 Çarşamba

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	EZOGELİN ÇORBA	ÜZÜMLÜ KEK
PATATES KIZARTMASI	KURU FASÜLYE	MEYVE ÇAYI
BEYAZ PEYNİR	PIRINÇ PILAVI	
SİYAH ZEYTİN	CACIK	
YEŞİL ZEYTİN		
BAL	SALATA BAR	
TEREYAĞ		

9 Ekim 2025 Perşembe

Kahvaltı	Öğle	İkindi
SÜT	NANE. YOĞURT ÇORBA	PİŞİ
POĞAÇA	İZMİR KÖFTE	LİMONATA
KAŞAR PEYNİR	PIRINÇ PILAVI	
SALATALIK	KEMALPAŞA	
HAVUÇ		
BAL	SALATA BAR	
SİYAH ZEYTİN		

10 Ekim 2025 Cuma

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	MANTAR ÇORBA	MEYVE
MENEMEN	PIZZA	ÇEREZ
BEYAZ PEYNİR	PATATES KIZARTMA	
KAŞAR PEYNİR	AYRAN	
YEŞİL ZEYTİN		
SİYAH ZEYTİN	SALATA BAR	
HAVUÇ		

13 Ekim 2025 Pazartesi

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	EZOGELİN ÇORBA	TUZLU KURABİYE
KALEM BÖREK	KIY. FIRIN KARNABAHAHAR	LİMONATA
BEYAZ PEYNİR	SOSLU MAKARNA	
TAHİN PEKMEZ	İRMİK HELVA	
SİYAH ZEYTİN		
YEŞİL ZEYTİN	SALATA BAR	
DOMATES		

14 Ekim 2025 Salı

Kahvaltı	Öğle	İkindi
SÜT	YAYLA ÇORBA	HAVUÇLU KEK
HAŞLAMA YUMURTA	PİLİÇ SOTE	LİMONATA
KAŞAR PEYNİR	BULGUR PILAVI	
BEYAZ PEYNİR	MEYVE	
TEREYAĞ		
BAL	SALATA BAR	
HAVUÇ		

15 Ekim 2025 Çarşamba

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	ŞAFAK ÇORBA	MAKARNA SALATASI
SEBZELİ OMLET	BARBUNYA	MEYVE ÇAYI
KAŞAR PEYNİR	PIRINÇ PILAVI	
SALATALIK	YOĞURT	
YEŞİL ZEYTİN		
SİYAH ZEYTİN	SALATA BAR	
DOMATES		

16 Ekim 2025 Perşembe

Kahvaltı	Öğle	İkindi
SÜT	DOMATES ÇORBA	KAKAOLU KEK
MENEMEN	TERBİ. MİSKET KÖFTE	MEYVE ÇAYI
KAŞAR PEYNİR	BULGUR PILAVI	
YEŞİL ZEYTİN	CACIK	
SALATALIK		
DOMATES	SALATA BAR	
BEYAZ PEYNİR		

17 Ekim 2025 Cuma

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	DÜĞÜN ÇORBA	KIBRIS TATLISI
SİMİT	MEVSİM TURLU	
BEYAZ PEYNİR	SU BÖREĞİ	
DOMATES	AYRAN	
SİYAH ZEYTİN		
SALATALIK	SALATA BAR	
TAHİN PEKMEZ		

20 Ekim 2025 Pazartesi

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	ŞEHRİYE ÇORBA	HAŞHAŞLI LOKUM
HAŞLAMA YUMURTA	BEZELYE	MEYVE ÇAYI
SİYAH ZEYTİN	PIRINÇ PILAVI	
KAŞAR PEYNİR	SÜTLÜ İRMİK TATLISI	
TAHİN PEKMEZ		
HAVUÇ	SALATA BAR	
YEŞİL ZEYTİN		

21 Ekim 2025 Salı

Kahvaltı	Öğle	İkindi
SÜT	EZOGELİNÇORBA	TARÇINLI KEK
YUMURTALI EKMEK	ŞİNİTZEL	LİMONATA
YEŞİL ZEYTİN	BOLONEZ SOS. MAKARNA	
TAHİN PEKMEZ	AYRAN	
DOMATES		
SALATALIK	SALATA BAR	
BEYAZ PEYNİR		

22 Ekim 2025 Çarşamba

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	YAYLA ÇORBA	KISIR
KREP	YEŞİL MERCİMEK	AYRAN
BEYAZ PEYNİR	ERİŞTE	
SİYAH ZEYTİN	KEŞKÜL	
YEŞİL ZEYTİN		
TEREYAĞ	SALATA BAR	
BAL		

23 Ekim 2025 Perşembe

Kahvaltı	Öğle	İkindi
SÜT	TARHANA ÇORBA	MOZAİK KEK
DEREOTLU POĞAÇA	ETLİ ORMAN KEBABİ	LİMONATA
YEŞİL ZEYTİN	PIRINÇ PILAVI	
KAŞAR PEYNİR	CACIK	
BEYAZ PEYNİR		
HAVUÇ	SALATA BAR	
DOMATES		

24 Ekim 2025 Cuma

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	DOMATES ÇORBA	ELMALI TURTA
MENEMEN	MANTI	MEYVE ÇAYI
BEYAZ PEYNİR	SEBZE GRATEN	
KAŞAR PEYNİR	YOĞURT	
SİYAH ZEYTİN		
YEŞİL ZEYTİN	SALATA BAR	
SALATALIK		

27 Ekim 2025 Pazartesi

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	MERCİMEK ÇORBA	ANNE KURABİYESİ
SEBZELİ OMLET	ISPANAK	LİMONATA
BEYAZ PEYNİR	FIRIN MAKARNA	
YEŞİL ZEYTİN	YOĞURT	
SİYAH ZEYTİN		
SALATALIK	SALATA BAR	
DOMATES		

28 Ekim 2025 Salı

Kahvaltı	Öğle	İkindi
SÜT	SEBZE ÇORBA	
HAŞLAMA YUMURTA	TAVUK DÖNER	
KAŞAR PEYNİR	PIRINÇ PILAVI	
YEŞİL ZEYTİN	AYRAN	RESMİ TATİL
SİYAH ZEYTİN		
HAVUÇ	SALATA BAR	
TAHİN PEKMEZ		

29 Ekim 2025 Çarşamba



30 Ekim 2025 Perşembe

Kahvaltı	Öğle	İkindi
SÜT	EZOGELİN ÇORBA	MERCİMEK KÖFTE
KOL BÖREĞİ	KARNABAHAHAR KÖFTE	AYRAN
YEŞİL ZEYTİN	SOSLU MAKARNA	
SİYAH ZEYTİN	YOĞURT	
BEYAZ PEYNİR		
SALATALIK	SALATA BAR	
DOMATES		

31 Ekim 2025 Cuma

Kahvaltı	Öğle	İkindi
MEYVE ÇAYI	MERCİMEK ÇORBA	KRUVASAN
SEBZELİ OMLET	HAMBURGER	MEYVE ÇAYI
BEYAZ PEYNİR	PATATES KIZARTMA	
SALATALIK	AYRAN	
SİYAH ZEYTİN		
YEŞİL ZEYTİN	SALATA BAR	
DOMATES		