

## TARABYA İNGİLİZ OKULLARI - YENİKÖY ARALIK 2018 MENÜSÜ

03.12.2018 PAZARTESİ		04.12.2018 SALI		05.12.2018 ÇARŞAMBA		06.12.2018 PERŞEMBE		07.12.2018 CUMA	
SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ	SABAH KAHVALTISI	KALORİ
YUMURTA,KAŞAR VE DİL PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,SİMİT,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,PORTAKAL SUYU		YUMURTA,KAŞAR VE BEYAZ PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,POĞAÇA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN		YUMURTA,KAŞAR VE DİL PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,AÇMA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,KREP		YUMURTA,KAŞAR VE BEYAZ PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,SİMİT,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN.PORTAKAL SUYU		YUMURTA,KAŞAR VE DİL PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,POĞAÇA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,KREP	
<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>		<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>		<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>		<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>		<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>	
KÖYLÜ ÇORBA	116	EZOGELİN ÇORBA	180	YOĞ. YAYLA ÇORBA	175	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	176	TARHANA ÇORNA	119
ARNAVUT CİĞERİ	260	ETLİ KURUFASULYE	230	SOS.SEB.TOP KÖFTE	253	ETLİ YAPRAK SARMA	255	ET DÖNER	300
SEBZELİ PİLİÇ SOTE	223	TAVUKLU SEBZE BUKETİ	236	TAVUK NUGGET	246	FIRIN KARNABAHAHAR	104	FIRIN HİNDİ ROSTO	224
TEL ŞEH.PİLAV	171	BULGUR PİLAVI	107	SOSLU DÜDÜK MAKARNA	205	SU BÖREK	228	ARPA ŞEH.PİLAV	171
MUZLU BÜSKİVİ ŞÖLENİ	206	MEYVE	100	MEYVE	100	PROFİTEROL	253	MEYVE	100
<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>	
KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK	
ÇOBAN SALATA		MOR LAHANA		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ	
HAVUÇ		HAVUÇ		MOR LAHANA		MISIR		ÇOBAN SALATA	
ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE	
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>	
MUZLU BÜSKİVİ ŞÖLENİ	206	MEYVE	100	MEYVE	100	PROFİTEROL	253	MEYVE	100
<b>10.12.2018 PAZARTESİ</b>		<b>11.12.2018 SALI</b>		<b>12.12.2018 ÇARŞAMBA</b>		<b>13.12.2018 PERŞEMBE</b>		<b>14.12.2018 CUMA</b>	
SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI	
YUMURTA,KAŞAR VE DİL PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,SİMİT,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,PORTAKAL SUYU		YUMURTA,KAŞAR VE BEYAZ PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,POĞAÇA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN		YUMURTA,KAŞAR VE DİL PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,AÇMA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,KREP		YUMURTA,KAŞAR VE BEYAZ PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,SİMİT,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN.PORTAKAL SUYU		YUMURTA,KAŞAR VE DİL PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,POĞAÇA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,KREP	
<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>		<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>		<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>		<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>		<b>ÖĞLE YEMEĞİ</b>	
DÜĞÜN ÇORBA	180	VİTAMİN ÇORBA	118	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	176	EKŞİLİ ÇORBA	234	ŞEH.TAVUKSUYU ÇORBA	127
ETLİ NOHUT	260	SEBZELİ TAVUK ŞİŞ	209	ETLİ TÜRLÜ	156	ACEM KÖFTE	238	MINİ İÇLİ KÖFTE	324
PATATES OTURTMA	235	ROSTO KÖFTE	246	VEJ.PIRASA	100	VEJ.PAZI	100	HİNDİ ANTRİKOT	174
YIL.ŞEH.PİLAV	171	FIRIN ERİŞTE	165	TEL.ŞEH.PİLAV	171	BULGUR PİLAVI	107	SOSLU KUSKUS	205
MEYVE	100	MEYVE	100	ÇİKOLATALI TOP	277	MEYVE	100	KEK/MEYVE ÇAYI	100
<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>	
KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK	
ÇOBAN SALATA		MOR LAHANA		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ	
HAVUÇ		HAVUÇ		MOR LAHANA		MISIR		ÇOBAN SALATA	
ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE	
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>	
MEYVE	100	MEYVE	100	ÇİKOLATALI TOP	277	MEYVE	100	KEK/MEYVE ÇAYI	100

## TARABYA İNGİLİZ OKULLARI - YENİKÖY ARALIK 2018 MENÜSÜ

17.12.2018 PAZARTESİ		18.12.2018 SALI		19.12.2018 ÇARŞAMBA		20.12.2018 PERŞEMBE		21.12.2018 CUMA	
SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI	
YUMURTA,KAŞAR VE DİL		YUMURTA,KAŞAR VE BEYAZ		YUMURTA,KAŞAR VE DİL		YUMURTA,KAŞAR VE BEYAZ		YUMURTA,KAŞAR VE DİL	
PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,SİMİT,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,PORTAKAL SUYU		PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,POĞAÇA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN		PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,AÇMA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,KREP		PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,SİMİT,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,PORTAKAL SUYU		PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,POĞAÇA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,KREP	
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
DOM.SEBZE ÇORBA	102	EZOGELİN ÇORBA	180	YOĞ.YAYLA ÇORBA	175	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	178	YÖRÜK ÇORBA	149
DALYAN KÖFTE	235	KARIŞIK DOLMA	220	IZGARA KÖFTE	167	ATLI AYŞE KADIN FASULYE	156	TAVUK DÖNER	250
ŞİNİTZEL	374	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK	224	PÜRELİ SOSLU TAVUK	224	KÖRİ SOSLU PARÇA TAVUK	228	ARNAVUT CİĞERİ	260
SOSLU SPAGETTİ	205	SU BÖREK	228	SALÇALI DÜDÜK MAKARNA	205	PEYNİRLİ TEPŞİ BÖREK	238	DOMETESLİ PİLAV	
MEYVE	100	BROWNI	265	MEYVE	100	MEYVE	100	ÜZÜMLÜ KEK/MEYVE ÇAYI	180
<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>	
KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK	
ÇOBAN SALATA		MOR LAHANA		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ	
HAVUÇ		HAVUÇ		MOR LAHANA		ÇOBAN SALATA		MOR LAHANA	
ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE	
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>	
MEYVE	100	BROWNI	265	MEYVE	100	MEYVE	100	ÜZÜMLÜ KEK/MEYVE ÇAYI	180
24.12.2018 PAZARTESİ		25.12.2018 SALI		26.12.2018 ÇARŞAMBA		27.12.2018 PERŞEMBE		28.12.2018 CUMA	
SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI		SABAH KAHVALTISI	
YUMURTA,KAŞAR VE DİL		YUMURTA,KAŞAR VE BEYAZ		YUMURTA,KAŞAR VE DİL		YUMURTA,KAŞAR VE BEYAZ		YUMURTA,KAŞAR VE DİL	
PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,SİMİT,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,PORTAKAL SUYU		PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,POĞAÇA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN		PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,AÇMA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,KREP		PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,SİMİT,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,PORTAKAL SUYU		PEYNİR,BAL,PEKMEZ,DOMATES,SALATALIK ,POĞAÇA,KONFLEKS,SADE SÜT,KAKAOLU SÜT, Y. ZEYTİN, S.ZEYTİN,KREP	
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
EZOGELİN ÇORBA	180	DÜĞÜN ÇORBA	179	KÖYLÜ ÇORBA	116	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	178	DOM.SEBZE ÇORBA	178
MANTI	250	GEMİCİ U.KURU FASULYE	174	SOSLU HAMBURGER KÖFTE	250	ETLİ BEZELYE	221	KARIŞIK IZGARA	260
ETLİ ANKARA TAVA	389	SEBZELİ TAVUK KAVURMA	248	TAVUK HAŞLAMA	243	KIYMALI PAZI	127	HİNDİ TAS KEBABI	224
ISPANAK PANE	137	TEL ŞEH.PİLAV	171	FIRIN ERİŞTE	165	ARPA ŞEH.PİLAV	171	TEL.ŞEH.BULGUR PİLAVI	117
KAKAOLU CEZİRE	262	MEYVE	100	KAKAOLU KEK/MEYVE ÇAYI	180	MEYVE	100	MEYVE	100
<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>		<u>SALATBAR</u>	
KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK		KIVIRCIK	
ÇOBAN SALATA		MOR LAHANA		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ	
HAVUÇ		HAVUÇ		MOR LAHANA		ÇOBAN SALATA		MOR LAHANA	
ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE		ZEYTİNYAĞLI SEBZE	
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>		<u>ARA ÖĞÜN</u>	
KAKAOLU CEZİRE	262	MEYVE	100	KAKAOLU KEK/MEYVE ÇAYI	180	MEYVE	100	MEYVE	100

