

## TED ATAKENT KOLEJİ OCAK AYI YEMEK MENÜSÜ

		ÇARŞAMBA 01.01.2025		PERŞEMBE 02.01.2025		CUMA 03.01.2025				
		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI				
		RESMİ TATİL		KAHVALTI		KCAL	KAHVALTI	KCAL		
				ÜÇGEN PEYNİR,ZEYTİN,REÇEL,HAŞLANMIŞ YUMURTA,PORTAKAL,SÜT		324	BEYAZ PEYNİR,ZEYTİN,BAL,TEREYAĞ,OMLET,MEYVELİ ÇAY	447		
				ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ				
				FESLEĞENLİ DOMATES ÇORBA		205	SÜLEYMANIYE ÇORBA	214		
				MANTI		450	KIYMALI BEZELYE	190		
				SEBZE SOTE		145	PIRİNÇ PİLAVI	350		
				MEYVE		50	SUPANGLE	200		
				SALATA BÜFE		SALATA BÜFE				
				YOĞURT		120	YOĞURT	120		
				MEVSİM SALATA		40	HAVUÇ-K.LAHANA SALATA	50		
		ZEYTİN SALATA		90	AYVA KOMPOSTO	130				
		PANCARLI BUĞDAY SALATA		175	MAKARNA SALATA	100				
		İKİNDİ		İKİNDİ						
		MİNİ POĞAÇA-AYRAN		160						
PAZARTESİ 06.01.2025		SALI 07.01.2025		ÇARŞAMBA 08.01.2025		PERŞEMBE 09.01.2025		CUMA 10.01.2025		
KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		
ÜÇGEN PEYNİR,ZEYTİN,BAL,TEREYAĞ,POĞAÇA,SÜT		335	KAŞAR PEYNİR,ZEYTİN,HAVUÇ,TAHİN PEKMEZ,OMLET,MEYVELİ ÇAY	315	BEYAZ PEYNİR,BAL,TEREYAĞ,ÇİTİR BÖREK,ZEYTİN,LİMONATA	472	KAŞAR PEYNİR,ZEYTİN,PORTAKAL,SEBZELİ OMLET,TAHİN PEKMEZ,MEYVELİ ÇAY	329	BEYAZ PEYNİR,ZEYTİN,BAL,TEREYAĞ,HAŞLANMIŞ YUMURTA,SÜT	390
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		
BAL KABAK ÇORBASI		57	DÜĞÜN ÇORBA	200	SEBZE ÇORBA	190	MERCİMEK ÇORBA	250	EZOĞELİN ÇORBA	250
SOSLU PİDELİ MİSKET KÖFTE		409	ETLİ KURU FASULYE	350	HAMBURGER BİG MAC SOS İLE	300	KIYMALI İSPANAK	160	TAVUK-NOHUT PİLAV	457
MEYHANE PİLAVI		350	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	350	FIRIN PATATES	100	SU BÖREĞİ	450	AYRAN	70
PORTAKALLI FIRIN SÜTLAÇ		270	MEYVE	50	AYRAN	70	MEYVE	50	TİRAMISU	350
SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		
GÖBEK SALATA		40	CACIK	120	GÖBEK SALATA	40	YOĞURT	120	GÖBEK SALATA	40
KIRMIZI LAHANA		50	MEVSİM SALATA	40	YEŞİL ZEYTİNLİ NOHUT EZME	303	MEVSİM SALATA	50	KIRMIZI LAHANA-HAVUÇ SALATA	50
KARIŞIK TARATOR		125	KARIŞIK TURŞU	100	KORNIŞON TURŞU	100	HAVUÇ SALATA	40	YOĞURT	120
MUHAMMARA		131	KISIR	170	COLESLAW	167	ÇİĞKÖFTE	181	KARNABAHAH TAVA	190
İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		
ÇATLAK KURABIYE-MEYVE		153	ZEBRA KEK-SÜT	190	KANDİL SİMİDİ-MEYVE	217	ÇİKOLATALI MUFFİN-MEYVE SUYU	210		
PAZARTESİ 13.01.2025		SALI 14.01.2025		ÇARŞAMBA 15.01.2025		PERŞEMBE 16.01.2025		CUMA 17.01.2025		
KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		
ÜÇGEN PEYNİR,ZEYTİN,BAL,TEREYAĞ,SİMİT,SÜT		372	BEYAZ PEYNİR,ZEYTİN,HAVUÇ,TAHİN PEKMEZ,PATATESLİ OMLET,MEYVELİ ÇAY	338	KAŞAR PEYNİR,BAL,TEREYAĞ,ÇİTİR BÖREK,ZEYTİN,LİMONATA	494	BEYAZ PEYNİR,ZEYTİN,PORTAKAL,HAŞLANMIŞ YUMURTA,TAHİN PEKMEZ,MEYVELİ ÇAY	262		
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		
TARHANA ÇORBA		190	BROKOLİ ÇORBA	190	YAYLA ÇORBA	250	ROKA ÇORBA	190		
EKŞİLİ KÖFTE		260	ETLİ NOHUT	350	KIYMALI TAZE FASULYE	350	BODRUM DÖNER	450		
MAKARNA		275	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	350	BULGUR PİLAVI	350	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	350		
MAGNOLİA		250	MEYVE	50	BAL KABAK TATLISI	350	AYRAN	70	AÇIK BÜFE KAHVALTI	
SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		
GÖBEK SALATA		40	CACIK	120	MISIRLI GÖBEK SALATA	76	HAVUÇ-K.LAHANA SALATA	50		
KIRMIZI LAHANA		50	MEVSİM SALATA	40	MEVSİM SALATA	40	MEVSİM SALATA	40		
ZEYTİN SALATA		90	KARIŞIK TURŞU	100	PEMBE SULTAN	110	ELMALI PANCAR SALATA	162		
Z.Y. PORTAKALLI KEREVİZ		48	MÜCVER	160	PATATES SALATA	150	Z.Y. PIRASA	160		
İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		
TUZLU KURABIYE-MEYVE		215	SAÇAKLI-AYRAN	230	MUZ	150	HAVUÇLU TARÇINLI KEK-LİMONATA	162		