

TED ATAKENT KOLEJİ NİSAN AYI YEMEK MENÜSÜ

PAZARTESİ 07.04.2025		SALI 08.04.2025		ÇARŞAMBA 09.04.2025		PERŞEMBE 10.04.2025		CUMA 11.04.2025	
KAHVALTI	KCAL	KAHVALTI	KCAL	KAHVALTI	KCAL	KAHVALTI	KCAL	KAHVALTI	KCAL
ÜÇGEN PEYNİR, ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, DEREOTLU POĞAÇA, SÜT	322	KAŞAR PEYNİR PEYNİR, ZEYTİN, TAHİN PEKMEZ, PORTAKAL, OMLET, MEYVELİ ÇAY	347	BEYAZ PEYNİR, ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, ÇITIR BÖREK, LİMONATA	534	KAŞAR PEYNİR, ZEYTİN, REÇEL, HAVUÇ, HAŞLANMIŞ YUMURTA, MEYVELİ ÇAY	302	BEYAZ PEYNİR, ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, OMLET, SÜT	389
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
TARHANA ÇORBA	190	ANADOLU ÇORBA	200	MİNESTRO ÇORBA	230	KARTOFFEL-BROKKOLİ SUPPE	230	SOPA DE LİMA	220
MANTI	450	ETLİ NOHUT	350	BOLONEZ SOSLU İTALYAN MAKARNA	400	KIYMALI PATATES MUSAKKA	300	KÖFTE FAJİTA-LAVAŞ İLE	318
FASULYE KAVURMA	145	PIRİNÇ PİLAVI	350	SEBZE SÖTE	270	BULGUR PİLAVI	350	ARIZ FAJO	350
VJ. BAMYA	100	VJ.DOMATESLİ PATLICAN GRATEN	200	VJ. KAŞARLI KABAK GRATEN	170	VJ. BARBUNYA	300	VJ. VEJİ CHİLİ	300
KEKİLİ SÜPANGLE	250	MEYVE	50	TİRANİSİ	350	MEYVE	50	ÇİLEKLİ MAGNOLİA	250
SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE	
YOĞURT	120	CACIK	120	YOĞURT	120	CACIK	120	GÖBEK SALATA	40
HAVUÇ-K.LAHANA SALATA	50	MEVSİM SALATA	40	MEVSİM SALATA	40	GÖBEK SALATA	40	HAVUÇ SALATA	40
GÖBEK SALATA	40	KARIŞIK TURŞU	100	KIRMIZI LAHANA SALATA	50	TOLEDO SALATA	80	KIRMIZI LAHANA SALATA	50
PATATES SALATA	150	Z.Y. İSPANAK	142	KARIŞIK TURŞU	100	ELMALI PANCAR SALATA	120	ESKİTES	108
İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ	
MEYVE-SUSAMLI KURABİYE	220	OTLU KEK - AYRAN	240	MEYVE - ÇATAL KURABİYE	173	BERLİNER- SÜT	293		
PAZARTESİ 14.04.2025		SALI 15.04.2025		ÇARŞAMBA 16.04.2025		PERŞEMBE 17.04.2025		CUMA 18.04.2025	
KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI	KCAL
ÜÇGEN PEYNİR, ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, SİMİT, SÜT	372	KAŞAR PEYNİR, ZEYTİN, HAVUÇ, HAŞLANMIŞ YUMURTA, TAHİN PEKMEZ, MEYVELİ ÇAY	302	ÜÇGEN PEYNİR, ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, MENEMEN, LİMONATA	398	BEYAZ PEYNİR, ZEYTİN, REÇEL, PORTAKAL, HAŞLANMIŞ YUMURTA, MEYVELİ ÇAY	329	KAŞAR PEYNİR, ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, OMLET, SÜT	391
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
SÜTLÜ BROKOLİ ÇORBA	220	MENGEN ÇORBA	220	DOMATES ÇORBA	190	ZERDEÇALLI MERCİMEK ÇORBA	250	YAYLA ÇORBA	250
EKŞİLİ KÖFTE	260	ETLİ KURU FASULYE	350	ABANT USULÜ PİLİÇ BİFTEK/PÜRE İLE	260/140	KIYMALI BEZELYE	190	YUNAN MUSAKKA	420
KUKUS	275	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	350	ARPA ŞEHRİYE PİLAVI	300	ERİŞTELİ BULGUR PİLAVI	350	ERİŞTE	300
VJ.EKŞİLİ PAZI	145	VJ.SÜTLÜ PATATES GRATEN	290	VJ. YEŞİL MERCİMEK	300	VJ. KABAK	100	VJ. DOMATESLİ İSPANAK	110
MEYVE	50	RULO MOZAIK PASTA	400	AYRAN	50	MUZLU PUDİNG	225	MEYVE	50
SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE	
YOĞURT	120	YEŞİL SALATA	40	HAVUÇ SALATA	40	GÖBEK SALATA	40	YOĞURT	120
YEŞİL SALATA	40	KARIŞIK TURŞU	100	MISIRLI ROKA SALATA	75	KARIŞIK TURŞU	100	YEŞİL SALATA	40
HAVUÇ-KIRMIZI LAHANA SALATA	50	YOĞURT	120	MEVSİM SALATA	40	KIRMIZI LAHANA SALATA	50	HAVUÇ SALATA	40
PANCARLI BUĞDAY SALATA	175	KARNABAHAHAR TAVA	190	ZY. SOSLU BİBER TAVA	180	MÜCVER	160	ÇİĞKÖFTE	181
İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ	
ELMALI KEK - LİMONATA	280	TUZLU KURABİYE-MEYVE	195	SİMİT-AYRAN	210	MEYVE- AYÇEKİRDEKLİ KURABİYE	182		
PAZARTESİ 21.04.2025		SALI 22.04.2025		ÇARŞAMBA 23.04.2025		PERŞEMBE 24.04.2025		CUMA 25.04.2025	
KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI	KCAL
ÜÇGEN PEYNİR, ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, POĞAÇA, SÜT	320	BEYAZ PEYNİR, ZEYTİN, TAHİN PEKMEZ, DOMATES-SALATALIK, OMLET, MEYVELİ ÇAY	330	RESMİ TATİL		KAŞAR PEYNİR, ZEYTİN, REÇEL, HAVUÇ HAŞLANMIŞ YUMURTA, MEYVELİ ÇAY	302	ÜÇGEN PEYNİR, BAL, TEREYAĞ, MENEMEN, SÜT	413
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ				ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ	
SEBZE ÇORBA	190	DÜĞÜN ÇORBA	200			NANELİ YOĞURT ÇORBA	250		
ÇITIR BALIK/PÜRE İLE	310/140	ETLİ BARBUNYA	350			KIYMALI TAZE FASULYE	160	BARBEKÜ	
MAKARNA	275	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	350			ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI	350		
VJ. SEBZE DOLGULU PATLICAN	175	VJ.KABAK GRATEN	100			VJ. YEŞİL MERCİMEK	300		
TAHİNLİ İRMİK HELVA	495	MEYVE	50			MEYVE	50		
SALATA BÜFE		SALATA BÜFE				SALATA BÜFE			
HAVUÇLU GÖBEK SALATA	45	YOĞURT	120			MEVSİM SALATA	40		
ROKA SALATA	40	GÖBEK SALATA	40			NARLI ROKA SALATA	55		
KIRMIZI LAHANA SALATA	50	HAVUÇ - KIRMIZI LAHANA SALATA	50			PANCAR TURŞU	100		
YEŞİL MERCİMEK SALATASI	74	KISIR	170			ZY.DEREOTLU KABAK KALYE	70		
İKİNDİ		İKİNDİ				İKİNDİ		İKİNDİ	
MEYVE-TUZLU GEVREK KURABİYE	148	EL YAPIMI MEYVE SUYU- LİMONLU CUPCAKE	210			HAŞHAŞLI KURABİYE - AYRAN	250		
PAZARTESİ 28.04.2025		SALI 29.04.2025		ÇARŞAMBA 30.04.2025		PERŞEMBE 01.05.2025		CUMA 02.05.2025	
KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI	KCAL
ÜÇGEN PEYNİR, ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, SİMİT, SÜT	372	BEYAZ PEYNİR, ZEYTİN, TAHİN PEKMEZ, DOMATES-SALATALIK, OMLET, MEYVELİ ÇAY	330	KAŞAR PEYNİR, ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, ÇITIR BÖREK, LİMONATA	536				
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ					
PIRİNÇ ÇORBA	200	MERCİMEK ÇORBA	250	KAFKAS ÇORBA	220				
İSVEÇ KÖFTE-SEBZE PÜRE İLE	369	ETLİ NOHUT	350	SEBZELİ HİNDİ GRATEN	439				
ERİŞTE	300	PIRİNÇ PİLAVI	350	BULGUR PİLAVI	350				
VJ. BEZELYE	140	VJ.BAMYA	100	VJ. DOMATESLİ SEMİZOTU	110				
MEYVE	50	KIBRIS TATLISI	495	AYRAN	70				
SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE					
ROKA SALATA	40	YOĞURT	120	MEVSİM SALATA	40				
HAVUÇ SALATA-K.LAHANA SALATA	50	GÖBEK SALATA	40	YEŞİL SALATA	40				
ZEYTİN SALATASI	90	KARIŞIK TURŞU	100	ERİŞTE BORANI	100				
Z.Y. PANCARLI KEREVİZ	145	MAKARNA SALATA	100	ZY. MEVSİM GÜZELİ	80				
İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ					
DEREOTLU POĞAÇA - AYRAN	160	MİNİ PİZZA - MEYVE	211	MUZ	150				