

TED ATAKENT KOLEJİ OCAK AYI YEMEK MENÜSÜ

PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
						1.01.2026		2.01.2026	
						KAHVALTI		KAHVALTI	
								KAŞAR PEYNİR,ZEYTİN, BAL, TEREYAĞ, HAŞLANMIŞ YUMURTA, MEYVELİ ÇAY	320
								ÖĞLE YEMEĞİ	
						RESMİ TATİL		FESLEĞENLİ DOMATES ÇORBA	190
								MANTI	450
								SEBZE SOTE	270
								MEYVE	50
								SALATA BÜFE	
								YOĞURT	120
								MEVSİM SALATA	50
								NARLI ROKA SALATA	90
								PATATES SALATASI	150
PAZARTESİ		SALI		ÇARŞAMBA		PERŞEMBE		CUMA	
5.01.2026		6.01.2026		7.01.2026		8.01.2026		9.01.2026	
KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI	
ÜÇGEN PEYNİR, ZEYTİN,BAL,TEREYAĞ,SUSAMLI POĞAÇA,SÜT	372	BEYAZ PEYNİR, ZEYTİN,TAHİN PEKMEZ,HAVUÇ,SEBZELİ OMLET,MEYVELİ ÇAY	313	ÜÇGEN PEYNİR,ZEYTİN,BAL,TEREYAĞ,PANKEK,EL YAPIMI VİŞNE SUYU	495	KAŞAR PEYNİR,ZEYTİN,REÇEL , PORTAKAL, HAŞLANMIŞ YUMURTA,İHLAMUR	306	BEYAZ PEYNİR, ZEYTİN,BAL,TEREYAĞ,OMLET,BALLI SÜT	359
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ Pİ GÜNÜ	
ŞEHRİYE ÇORBA	220	NANELİ YOĞURT ÇORBA	250	DOMATES ÇORBA	190	DÜĞÜN ÇORBA	200	TARHANA ÇORBA	190
DOMATES SOSLU KAŞARLI KÖFTE PÜRE İLE	330	ETLİ NOHUT	350	HATAY USULÜ DÖNER	380	KIYMALI İSPANAK	280	ORMAN KEBABI	290
BULGUR PİLAVI	350	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	350	MAKARNA	275	SU BÖREĞİ	450	PIRİNÇ PİLAVI	350
MEYVE	50	BAL KABAK TATLISI	350	AYRAN	70	MEYVE	50	SAFİR GÜL	
SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE	
GÖBEK SALATA	40	MEVSİM SALATA	50	YEŞİL SALATA	40	MEVSİM SALATA	50	GÖBEK-ROKA SALATA	40
HAVUÇ-K.LAHANA SALATA	50	CACIK	120	HAVUÇ SALATA	40	ROKA SALATA	40	HAVUÇ SALATA	40
SEBZE TARATOR	135	KARIŞIK TURŞU	100	KIRMIZI LAHANA SALATA	50	ERİŞTE BORANI	120	CACIK	120
ZY.ORBİT FASULYE	110	KISIR	170	YEŞİL ZEYTİNLİ NOHUT EZME	215	MERCİMEK KÖFTE	130	MÜCVER	160
İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ	
ÇATLAK KURABIYE-EL YAPIMI MEYVE SUYU	262	MEYVE-ÇİKOLATA TOPU	178	MUZ	150	MİNİ POĞACA- EL YAPIMI MEYVE SUYU	173		
PAZARTESİ		SALI		ÇARŞAMBA		PERŞEMBE		CUMA	
12.01.2026		13.01.2026		14.01.2026		15.01.2026		16.01.2026	
KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI		KAHVALTI	
ÜÇGEN PEYNİR,ZEYTİN,BAL,TEREYAĞ,POĞAÇA,SÜT	335	BEYAZ PEYNİR, ZEYTİN,TAHİN PEKMEZ, HAVUÇ,OMLET,KUŞBURNU	324	ÜÇGEN PEYNİR,ZEYTİN,BAL,TEREYAĞ, ÇITIR BÖREK,LİMONATA	413	BEYAZ PEYNİR, PORTAKAL, HAŞLANMIŞ YUMURTA REÇEL,EL YAPIMI ELMA ÇAYI	338		
ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ		ÖĞLE YEMEĞİ			
MERCİMEK ÇORBA	250	SEBZE ÇORBA	190	TARHANA ÇORBA	190	BROKOLİ ÇORBA	190		
ÇITIR BALIK	300	ETLİ KURU FASULYE	350	PATATES MUSAKKA	300	HAMBURGER BIG MAC SOS İLE	300		
KUSKUS	275	PIRİNÇ PİLAVI	350	ARPA ŞEHRİYE PİLAVI	275	FIRIN PATATES	185	AÇIK BÜFE KAHVALTI	
İRMİK HELVASI	495	MEYVE	50	SUPANGLE	200	AYRAN	70		
SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE		SALATA BÜFE			
HAVUÇLU GÖBEK SALATA	50	CACIK	120	MEVSİM SALATA	50	YEŞİLLİK	40		
ROKA SALATA	40	GÖBEK SALATA	40	YOĞURT	120	KORNIŞON TURŞU	100		
KIRMIZI LAHANA SALATA	50	KARIŞIK TURŞU	100	HAVUÇ-KIRMIZI LAHANA SALATA	50	DİLİM DOMATES	40		
RENLİ YEŞİL MERCİMEK SALATA	220	ZY. BRÜKSEL LAHANA	150	NARLI TABULE	230	HAVUÇ TARATOR	155		
İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ		İKİNDİ			
MEYVE-HAVUÇLU KEK	205	TAHİNLİ KURABIYE -EL YAPIMI MEYVE SUYU	265	MİNİ SİMİT-AYRAN	210	ÇÖREKOTLU KURABIYE- LİMONATA	193		