



3.10.2022			4.10.2022			5.10.2022			6.10.2022			7.10.2022		
PAZARTESİ	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	SALI	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	ÇARŞAMBA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	PERŞEMBE	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	CUMA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ
KAHALTI			KAHALTI			KAHALTI			KAHALTI			KAHALTI		
SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5
HELLİM	104	5	BEYAZ PEYNİR	102	5	HELLİM	104	5	KAŞAR	96	5	HELLİM	104	5
OMLET	120	3	YUMURTALI EKMEK	174	1,3	ÇIKOLTALI KREP	138	3	GÖZ YUMURTA	135	1,3,5	HAŞLAMA YUMURTA	78	3
SİMİT	150	1	REÇEL	50		POĞAÇA	150	1,3,5				TAHİN PEKMEZ	44	
ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23	
DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK		
ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ		
MISIR ÇORBASI	114	1,5	MERCİMEK ÇORBA	110	1,5	YAYLA ÇORBA	101	1,5	SEBZELİ KIŞ ÇORBA	120	1,5	DOMATES ÇORBA	110	1,5
BOLONEZ SOSLU SPAGETTİ	483	1	KARNİYARIK	410		TAVUK FAJİTA	477	10	ETLİ NOHUT	400		PİZZA	510	1,5,10
BUHARDA SEBZE	70	1	BULGUR PILAVI	135	1	DOMATESLİ MAKARNA	160	1	PİRİNÇ PILAVI	140	1	CİPS	200	
MEYVE	70		MEYVE	70		MEYVE	70		MEYVE	70		AYRAN	60	5
MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5
ARA KAHALTI			ARA KAHALTI			ARA KAHALTI			ARA KAHALTI			ARA KAHALTI		
			MEYVE SUYU	90		MEYVE SUYU	123					MEYVE TABAĞI	72	
BROWNİ	200	1,5	TUZLU KURABIYE	100	1,3,5	KÖY BÖREĞİ	140	1,3,5	ŞAMBALI	135	1,3,7	KURUYEMİŞ	123	7



10.10.2022			11.10.2022			12.10.2022			13.10.2022			14.10.2022		
PAZARTESİ	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	SALI	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	ÇARŞAMBA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	PERŞEMBE	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	CUMA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ
KAHALTI			KAHALTI			KAHALTI			KAHALTI			KAHALTI		
SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5
KAŞAR	96	5	HELLİM	104	5	BEYAZ PEYNİR	83	5	HELLİM	104	5	KAŞAR	96	5
ÇİKOLATALI PANKEK	120	3	OMLET	135	1,3,5	GÖZ YUMURTA	72	3	PATATESLİ YUMURTA	108	5	YUMURTALI EKMEK	102	1,3
BAL	63		LABLENI PANKEK	135	1,3,5	REÇEL	50		REÇEL	50		TAHİN PEKMEZ	44	
ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23	
DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK		
ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ		
EZOĞELİN ÇORBA	134	1	YAYLA ÇORBA	101	1,5	TAVUK SUYU ÇORBA	144	1,5	MANTAR ÇORBA	120	1,5,10	MERCİMEK ÇORBA	110	1,5
ÇİFTLİK KÖFTE	447	1,3	ETLİ BEZELYE	407		FİRİN MAKARNASI	413	1,5	İZMİR KÖFTE	490	1,3	PİLİÇ ROTİ	470	
PİRİNÇ PILAVI	160	1	BULGUR PILAVI	165	1	BUHARDA SEBZE	50		PEYNİRLİ ERİŞTE	130	1,5	NOHUTLU PILAV	160	1
MEYVE	70		MEYVE	70		MEYVE	70		MEYVE	70		AYRAN	60	5
MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEYVE	70	
ARA KAHALTI			ARA KAHALTI			ARA KAHALTI			ARA KAHALTI			ARA KAHALTI		
BİTKİ / MEYVE CAYI						ELMA SUYU	123					MEYVE TABAĞI	72	
ZEYTİNLİ POĞAÇA	100	1,5	VIŞNELİ PASTA	190	1,3,5	HELLİMLİ	120	1,3	MOZAİK PASTA	230	1,5	KURUYEMİŞ	123	7



17.10.2022	18.10.2022		19.10.2022		20.10.2022		21.10.2022							
PAZARTESİ	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	SALI	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	ÇARŞAMBA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	PERŞEMBE	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	CUMA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ
KAHALTI	KAHALTI		KAHALTI		KAHALTI		KAHALTI		KAHALTI		KAHALTI		KAHALTI	
SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5
HELLİM	104	5	KAŞAR	96	5	BEYAZ PEYNİR	102	5	KAŞAR	96	5	HELLİM	104	5
OMLET	120	3	YUMURTALI EKMEK	174	1,3	ÇIKOLTALI KRP	138	3	GÖZ YUMURTA	135	1,3,5	HAŞLAMA YUMURTA	78	3
BAL	63		REÇEL	50		REÇEL	50		LABNELİ PANKEK	135	1,3,5	TAHİN PEKMEZ	44	
ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23	
DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK		
ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ		
SEBZE ÇORBASI	100	1,5	MERCİMEK ÇORBA	110	1,5	DOMATES ÇORBASI	110	1,5	YOĞURT ÇORBASI	101	1,5	EZOĞELİN ÇORBA	134	1
SAHAN KÖFTE	473	1,3,5	TAZE FASULYE	403		MANTI	362	1	TAS KEBABI	314		KREMALI TAVUK	408	1,3,5
SEBZELİ MEYHANE PİLAVI	110	1	PİRİNÇ PİLAVI	135	1	ZEYTİNYAĞLI SEBZE	155	1,3	PİRİNÇ PİLAVI	140	1	HELLİMLİ MAKARNA	177	1,5
MEYVE	70		MEYVE	122	1,5	MEYVE	70		MEYVE	70		MEYVE	70	
MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEYVE	40/50	5
ARA KAHALTI			ARA KAHALTI			ARA KAHALTI			ARA KAHALTI			ARA KAHALTI		
BİTKİ /MEYVE ÇAYI						BİTKİ /MEYVE ÇAYI						MEYVE TABAĞI	72	
SİMİT	150	1	ÇİKOLATALI PUDİNG	122	1,5	GÖZLEME	130	1,3,5	ŞEKERPARE	135	1	KURUYEMİŞ	123	7



24.10.2022			25.10.2022			26.10.2022			27.10.2022			28.10.2022		
PAZARTESİ	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	SALI	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	ÇARŞAMBA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	PERŞEMBE	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	CUMA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ
KAHVALTI			KAHVALTI			KAHVALTI			KAHVALTI			KAHVALTI		
SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5	SÜT	61	5
KAŞAR	96	5	HELLİM	104	5	BEYAZ PEYNİR	96	5	HELLİM	104	5	KAŞAR	96	5
OMLET	100	5	ÇİKOLATALI PANKEK	135	1,3,5	GÖZ YUMURTA	72	3	PATATESLİ YUMURTA	115	3	YUMURTALI EKMEK	102	1,3
REÇEL	50		LABLENİ PANKEK	135	1,3,5	SİMİT	150	1	REÇEL	50		TAHİN PEKMEZ	44	
ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23		ZEYTİN	23	
DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK			DOMATES -SALATALIK		
ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ		
MERCİMEK ÇORBA	110	1,5	MISIR ÇORBASI	114	1,5	SEBZE ÇORBASI	100	1,5	MANTAR ÇORBA	120	1,5,10	YAYLA ÇORBA	101	1,5
TAVUK ROSTO	490	1,3	KÖFTELİ İSPANAK	400	1	KARIŞIK DOLMA	404	1	ETLİ KURUFASULYE	440		HAMBURGER	550	1,3
GÖKKAŞAĞI PILAVI	140	1	HELLİMLİ MAKARNA	177	1,5	PEYNİRLİ BÖREK	210	1,3,5	PİRİNÇ PILAVI	140	1	ÇİPS	150	1
MEYVE	70		MEYVE	70		MEYVE	70		MEYVE	70		AYRAN	60	5
MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5	MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5
ARA KAHVALTI			ARA KAHVALTI			ARA KAHVALTI			ARA KAHVALTI			ARA KAHVALTI		
			BİTKİ /MEYVE ÇAYI			BİTKİ /MEYVE ÇAYI						MEYVE TABAĞI	72	
MUHALLEBİ	163	1,5	KÖY BÖREĞİ	140	1,3,5	HELLİMLİ POĞAÇA	180	1,3,5	HAVUÇLU TARÇINLI KEK	200	1,3,5	KURUYEMİŞ	123	7



31.10.2022	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	SALI	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	ÇARŞAMBA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	PERŞEMBE	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ	CUMA	ENERJİ (KCAL)	ALERJEN DEĞERİ
KAHVALLI			KAHVALLI			KAHVALLI			KAHVALLI			KAHVALLI		
SÜT	61	5												
KAŞAR	96	5												
OMLET	120	3												
TAHİN PEKMEZ	44													
ZEYTİN	23													
DOMATES -SALATALIK														
ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ			ÖĞLE YEMEĞİ		
MERCİMEK ÇORBA	114	1,5												
DEMİ GLAS KÖFTE	483	1												
PRİNÇ PİLAVI	140	1												
MEYVE	70													
MEVSİM SALATA/YOĞURT	40/50	5												
ARA KAHVALTI			ARA KAHVALTI			ARA KAHVALTI			ARA KAHVALTI			ARA KAHVALTI		
ÇİLEKLİ PUDİNG	200	135												

ALERJEN ÜRÜN KODLARI	KODU
GLUTEN	1
BALIK ÜRÜNLERİ	2
YUMURTA ÜRÜNLERİ	3
SOYALI ÜRÜNLER	4
SÜT ÜRÜNLERİ	5
SERT KABUKLU MEYVELER	6
KURUYEMİŞ	7
ÇİLEK	8
MISIR İÇEREN ÜRÜNLER	9
MANTAR İÇEREN ÜRÜNLER	10