



AĞUSTOS AYI ÖĞLE YEMEK LİSTESİ/ Aylık Tabldot Menüsü

1.08.2018	KALORİ DEĞ.	2.08.2018	KALORİ DEĞ.	3.08.2018	KALORİ DEĞ.	4.08.2018	KALORİ DEĞ.	5.08.2018	KALORİ DEĞ.
MERCİMEK Ç.	115KCAL	EZOĞELİN ÇORBA	123KCAL	DOMATES ÇORBA	122KCAL	AVUKSUYU ÇORBA	280KCAL	MERCİMEK ÇORBA	115KCAL
PATLICAN MUSAKKA	377KCAL	TAZE FASULYE	305KCAL	NOHUT	316KCAL	İZMİR KÖFTE	307KCAL	KIYMALI PİDE	305KCAL
BULGUR PİLAVI	228KCAL	PİRİNÇ PİLAVI	283KCAL	PİRİNÇ PİLAVI	283KCAL	MAKARNA	516KCAL	PUDİNG	180KCAL
MEYVE	50KCAL	SÜTLAÇ	180KCAL	SALATA	90KCAL	MEYVE	50KCAL	SALATA	90KCAL
AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL

6.08.2018	KALORİ DEĞ.	7.08.2018	KALORİ DEĞ.	8.08.2018	KALORİ DEĞ.	9.08.2018	KALORİ DEĞ.	10.08.2018	KALORİ DEĞ.
YAYLA ÇORBA	210KCAL	EZOĞELİN ÇORBA	123KCAL	ŞEHRİYE ÇORBA	175KCAL	AVUKSUYU ÇORBA	280KCAL	MERCİMEK ÇORBA	115KCAL
TAS KEBABI	253KCAL	TAVUK DÖNER	310KCAL	SULU KÖFTE	357KCAL	BİBER DOLMA	286KCAL	KURU FASULYE	267KCAL
BULGUR PİLAVI	228KCAL	PİRİNÇ PİLAVI	283KCAL	MAKARNA	516KCAL	MANTI	340KCAL	PİRİNÇ PİLAVI	283KCAL
MEYVE	50KCAL	MEYVE	50KCAL	TULUMBA TATLISI	410KCAL	MEYVE	50KCAL	TURŞU	30KCAL
AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL

11.08.2018	KALORİ DEĞ.	12.08.2018	KALORİ DEĞ.	13.08.2018	KALORİ DEĞ.	14.08.2018	KALORİ DEĞ.	15.08.2018	KALORİ DEĞ.
DOMATES ÇORBA	122KCAL	EZOĞELİN ÇORBA	123KCAL	YAYLA ÇORBA	210KCAL	AVUKSUYU ÇORBA	280KCAL	DOMATES ÇORBA	122KCAL
FIRIN BUT	276KCAL	KIYMALI PİDE	305KCAL	ORMAN KEBABI	290KCAL	KADINBUDU KÖFTE	417KCAL	MEVSİM TÜRLÜ	243KCAL
MAKARNA	516KCAL	SALATA	90KCAL	BULGUR PİLAVI	228KCAL	MAKARNA	516KCAL	PİRİNÇ PİLAVI	283KCAL
MEYVE	50KCAL	KEMALPAŞA TATLISI	250KCAL	MEYVE	50KCAL	SALATA	90KCAL	PUDİNG	180KCAL
AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL

16.08.2018	KALORİ DEĞ.	17.08.2018	KALORİ DEĞ.	18.08.2018	KALORİ DEĞ.	19.08.2018	KALORİ DEĞ.	20.08.2018	KALORİ DEĞ.
YAYLA ÇORBA	210KCAL	MERCİMEK ÇORBA	115KCAL	EZOĞELİN ÇORBA	123KCAL	AVUKSUYU ÇORBA	280KCAL	KURBAN BAYRAMI	
TAVUK KAPAMA	286KCAL	ET DÖNER	478KCAL	EKŞİLİ KÖFTE	357KCAL	BARBUNYA	385KCAL		
MAKARNA	516KCAL	PİRİNÇ PİLAVI	283KCAL	MAKARNA	516KCAL	MANTI	340KCAL		
SALATA	90KCAL	MEYVE	50KCAL	KEMALPAŞA TATLISI	250KCAL	TURŞU	30KCAL		
AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL		

21.08.2018	KALORİ DEĞ.	22.08.2018	KALORİ DEĞ.	23.08.2018	KALORİ DEĞ.	24.08.2018	KALORİ DEĞ.	25.08.2018	KALORİ DEĞ.
KURBAN BAYRAMI								MERCİMEK ÇORBA	115KCAL
								NOHUT	316KCAL
								PİRİNÇ PİLAVI	283KCAL
								CACIK	128KCAL
								AYRAN/YOĞURT	144KCAL

26.08.2018	KALORİ DEĞ.	27.08.2018	KALORİ DEĞ.	28.08.2018	KALORİ DEĞ.	29.08.2018	KALORİ DEĞ.	30.08.2018	KALORİ DEĞ.
EZOĞELİN ÇORBA	123KCAL	ŞEHRİYE ÇORBA	175KCAL	YAYLA ÇORBA	210KCAL	MERCİMEK ÇORBA	115KCAL	AVUKSUYU ÇORBA	280KCAL
ETLİ GÜVEÇ	230KCAL	TAVUK DÖNER	310KCAL	SULU KÖFTE	357KCAL	KURU FASULYE	267KCAL	KARIŞIK KIZARTMA	398KCAL
BULGUR PİLAVI	228KCAL	PİRİNÇ PİLAVI	283KCAL	MAKARNA	516KCAL	PİRİNÇ PİLAVI	283KCAL	MANTI	340KCAL
MEYVE	50KCAL	SALATA	90KCAL	BAKLAVA	456KCAL	SALATA	90KCAL	MEYVE	50KCAL
AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL	AYRAN/YOĞURT	144KCAL

31.08.2018	KALORİ DEĞ.
EZOĞELİN ÇORBA	123KCAL
KIYMALI PİDE	305KCAL
SALATA	90KCAL
SÜTLAÇ	180KCAL
AYRAN/YOĞURT	144KCAL

AŞÇIBAŞI
NIHAT BAŞER

GIDA MÜHENDİSİ
DILRUBA YEŞİLDAĞ

FİRMAMIZ GEREKLİ GÖRDÜĞÜ DURUMLARDA MENÜDE DEĞİŞİKLİK YAPMA HAKKINA SAHİPTİR.

SAYGILARIMIZLA

