



ANTALYA GÜNEŞ KOLEJİ

2018 EYLÜL İLKOKUL-ORTAOKUL YEMEK MENÜSÜ

| 17/09/2018 PAZARTESİ | 18/09/2018 SALI | 19/09/2018 ÇARŞAMBA | 20/09/2018 PERŞEMBE | 21/09/2018 CUMA |
|--|---|---|--|--|
| TUTMAÇ ÇORBA 182 KCAL PİLİÇ ŞİNİTZEL 315 KCAL (patates püre) 120 KCAL YOĞURT SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana Zeytinyağlı barbunya | TARHANA ÇORBA 105 KCAL ÇOBAN KAVURMA 405 KCAL (fiyonk makarna) 270 KCAL SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana şakşuka | MERCİMEK ÇORBA 190 KCAL İSLİM KEBABI 330 KCAL (bulgur pilavı) 290 KCAL CACIK SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana Patates salatası | SEBZE ÇORBA 160 KCAL HAMBURGER 350 KCAL (elma dilim patates) 250 KCAL AYRAN SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana Patlıcan salata | YAYLA ÇORBA 145 KCAL HİNDİ TANDIR 350 KCAL (iç pilav) 308 KCAL KARPUZ SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana Peynirli sigara böreği |
| 24/09/2018 PAZARTESİ | 25/09/2018 SALI | 26/09/2018 ÇARŞAMBA | 27/09/2018 PERŞEMBE | 28/09/2018 CUMA |
| DOMATES ÇORBA (kaşar+krotonlu) 170 KCAL KURU KÖFTE 300 KCAL (meyhane pilavı) 305 KCAL SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana Zeytinyağlı kabak | MERCİMEK ÇORBA 200 KCAL ÇİTİR BALIK 315 KCAL (elma dilim patates) 250 KCAL SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana Roka salatası | DÜĞÜN ÇORBA 185 KCAL KİYMALI SEMİZOTU 275 KCAL (yoğurt) FİRİN MAKARNA 400 KCAL SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana Zeytinyağlı biber dolma | EZOĞELİN ÇORBA 210 KCAL ŞİŞ KÖFTE 310 KCAL (pide+patates kızartma) 300 KCAL SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana Antalya piyazı | NOHUTLU TAVUK ÇORBA 175 KCAL İSPANAKLI KAŞARLI TAVUK 255 KCAL (sade pirinç pilavı) 275 KCAL SALATA BARI Marul Salatası Havuç Salatası Kara Lahana Haydari |