

EK-1

2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY : EYLÜL-2022

GÜNLER	1.HAFTA			2.HAFTA			3.HAFTA			4.HAFTA			5.HAFTA		
PAZARTESİ							12.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		19.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		26.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
							Fırında Tavuk	283cal	150gr.	Yeşil Mercimek	175cal	100gr	Taze Fasulye	180cal	75gr
							Erişte	200cal	60 gr.	Pirinç Pilavı	139cal	60gr	Erişte	200cal	60gr
SALI							13.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		20.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		27.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
							Kıymalı Patates	160cal	130gr	Türlü	220cal	50 gr	Ispanak	140cal	150 gr.
							Pirinç Pilavı	139cal	60 gr.	Makarna	200cal	65gr	Makarna	200cal	65gr
ÇARŞAMBA							14.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		21.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		28.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
							Kuru Fasulye	350cal	55 gr	Yoğurt Çorbası	74cal	90gr	Kuru Fasulye	350cal	55 gr
							Bulgur Pilavı	148cal	60 gr	Bezelye	150cal	80gr	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr
PERŞEMBE							15.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		22.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		29.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
							Tavuk Sote	300cal	80gr.	Nohut	260cal	60gr	Türlü	220cal	50 gr
							Börek	235cal	60gr.	Bulgur Pilavı	148cal	60gr	Börek	235cal	60 gr
CUMA							16.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		23.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj		30.09.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
							Ispanak	140cal	150gr.	Kıymalı Patates	160cal	130gr.	Tavuk Nugget	180cal	75 gr.
							Makarna	200cal	65gr.	Makarna	200cal	65 gr	Erişte	200cal	60 gr.
							Yoğurt	111cal	70gr.	Ayran	70cal	200 ml	Ayran	70cal	200 ml

EK-1

2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY :EKİM-2022

GÜNLER	1.HAFTA			2.HAFTA			3.HAFTA			4.HAFTA			5.HAFTA		
	03.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		10.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		17.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		24.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		31.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
PAZARTESİ	Nohut	260cal	60 gr	Kıymalı Bezelye	150cal	55 gr	Kuru Fasulye	350cal	55 gr	Ezogelin	95cal	40 gr	Nohut	260cal	60 gr
	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr	Tavuklu Pilav	360cal	130 gr	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr
	Tulumba Tatlısı	255cal	60 gr	Helva	190cal	30 gr	Puding	267cal	100 gr	Meyve	63cal	100gr	Yoğurt	111cal	70 gr
SALI	04.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		11.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		18.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		25.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj				
	Fırın Tavuk	283cal	150 gr	Yeşil Mercimek	230cal	40 gr	Şehriye Çorbası	135cal	65 gr	Yoğurt Çorbası	135cal	65 gr			
	Makarna	200cal	65 gr	Börek	235cal	60 gr	Kıymalı Kapuska	195cal	145 gr	Kıymalı Makarna	196cal	70 gr			
Yoğurt	111cal	70 gr	Meyve suyu	65cal	200ml	Meyve Suyu	65cal	200ml	Tahin Helva	258cal	30 gr				
ÇARŞAMBA	05.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		12.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		19.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		26.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj				
	Taze Fasulye	160cal	160 gr	İzmir Köfte	196cal	110 gr	Musakka	150cal	150gr	Taze Fasulye	160cal	160 gr			
	Pirinç Pilav	139cal	60 gr	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr	Börek	235cal	60 gr	Makarna	200cal	65 gr			
Meyve Suyu	65cal	200ml	Cacık	128cal	125 gr	Ayran	70cal	200ml	Meyve Suyu	65cal	200 ml				
PERŞEMBE	06.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		13.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		20.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		27.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj				
	Tarhana Çorba	150cal	90 gr	Taze Fasulye	220cal	50 gr	Ispanak	140cal	150 gr	Yeşil Mercimek	230cal	40 gr			
	Tavuk Nugget	180cal	75 gr	Makarna	200cal	65 gr	Bulgur pilavı	148cal	60 gr	Kıymalı Patates	160cal	130 gr			
Ayran	70cal	200 ml	Meyve	63cal	100 gr	Yoğurt	111cal	70 gr	Yoğurt	111cal	70 gr				
CUMA	07.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		14.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj		21.10.200	Enerji Değeri/Gramaj		28.10.2022	Enerji Değeri/Gramaj				
	Etlı Kuru Fasulye	159cal	60 gr	Ezogelin Çorbası	95cal	40 gr	Tavuk Nugget	180cal	75 gr	Domates Çorbası	150cal	90 gr			
	Makarna	200cal	65 gr	Ispanak	140cal	150 gr	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Peynirli Erişte	200cal	65gr			
Meyve Suyu	65cal	200 ml	Yoğurt	111cal	70 gr	Ayran	70cal	200ml	Meyve	63cal	100gr				

EK-1

2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY :KASIM-2022

GÜNLER	1.HAFTA			2.HAFTA			1.Ara TATİL			4.HAFTA			5.HAFTA		
PAZARTESİ				07.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		14.11.2022	Enerji Değeri		21.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		28.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
				Kuru Fasulye	350cal	55 gr				Kuru Fasulye	350cal	55 gr	Nohut	95cal	60 gr
				Pirinç Pilavı	139cal	60 gr				Börek	235cal	135gr	Erişte Makarna	200cal	65 gr
				Turşu	54cal	50 gr				Meyve	63cal	150gr	Yoğurt	111cal	70 gr
SALI	01.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		08.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		15.11.2022	Enerji Değeri		22.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		29.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
	Mercimek Çorbası	84cal	90 gr	Ezogelin Çorbası	98cal	40 gr				Bezelye	150cal	80 gr	Tavuklu Patates	150cal	135 gr
	Börek	150cal	130 gr	Taze Fasulye	134cal	160 gr				Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr
	Meyve Suyu	235cal	135 gr	Meyve	63cal	150 gr				Ayran	70cal	200 ml	Cacık	128cal	125 gr
ÇARŞAMBA	02.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		09.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		16.11.2022	Enerji Değeri		23.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		30.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
	Tavuk Snitzel	180cal	75 gr	Tavuk Sote	300cal	80 gr				Patlıcan Musakka	150cal	130 gr	Şehriye Çorbası	84cal	90 gr
	Pirinç Pilav	139cal	60 gr	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr				Makarna	210cal	65 gr	Börek	150cal	130 gr
	Ayran	70cal	70 gr	Ayran	70cal	200 ml				Meyve suyu	70cal	200 ml	Meyve Suyu	235cal	135 gr
PERŞEMBE	03.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		10.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		17.11.2022	Enerji Değeri		24.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj				
	Bezelye	150cal	80 gr	Yayla Çorbası	98cal	90 gr				Kıymalı Patates	160cal	130 gr			
	Makarna	200cal	65 gr	Nohut	285cal	60 gr				Bulgur Pilavı	148cal	60 gr			
	Tulumba Tatlısı	255cal	60 gr	Helva	63cal	150 gr				Cacık	128cal	125 gr			
CUMA	04.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		11.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj		18.11.2022	Enerji Değeri		25.11.2022	Enerji Değeri/Gramaj				
	Kıymalı Patates	160cal	130 gr	Cordon Blue	200cal	120 gr				Nohut	260cal	60 gr			
	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Pilav	139cal	60 gr				Pirinç Pilav	139cal	60 gr			
	Cacık	128cal	125 gr	Yoğurt	11 cal	70 gr				Turşu	54cal	50 gr			

EK-1

2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY :ARALIK-2022

GÜNLER	1.HAFTA			2.HAFTA			3.HAFTA			4.HAFTA			5.HAFTA		
PAZARTESİ				05.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		12.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		19.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		26.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
				Kuru Fasulye	350cal	55 gr	Kıymalı Patates	160cal	130 gr	Kuru Fasulye	350cal	55gr	Ezogelin Çorba	95cal	40gr
				Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Börek	235cal	135gr	Tavuklu pilav	360cal	130gr
				Turşu	54cal	50 gr	Yoğurt	111cal	70 gr	Meyve	63cal	150 gr	ayran	70cal	70gr
SALI				06.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		13.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		20.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		27.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
				Kıymalı Ispanak	150cal	160 gr	Mercimek Çorbası	84cal	90 gr	Ispanak	140cal	150gr	Pırasa	150cal	135gr
				Erişte Makarna	200cal	65 gr	Barbunya	160cal	60 gr	Soslu Makarna	200cal	65gr	Börek	135cal	135gr
				Lokma Tatlısı	111cal	70 gr	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Yoğurt	111cal	70gr	Meyve	63cal	200gr
ÇARŞAMBA				07.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		14.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		21.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		28.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
				Tavuk Sote	300cal	80 gr	Ezogelin Çorbası	95cal	40 gr	Erzincan Çorbası	135cal	65gr	Tavuk Nugget	180cal	75gr
				Bulgur Pilavı	148cal	60 gr	Su Böreği	235cal	135 gr	Nohutlu Pirinç Pilavı	150cal	70gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr
				Ayran	70cal	200 ml	Kıymalı Taze Fasulye	159cal	160 gr	Meyve	63cal	150gr	Yoğurt	111cal	70gr
PERŞEMBE	01.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		08.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		15.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		22.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		29.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
	Tavuk Nugget	180cal	75 gr	Yeşil Mercimek	230	40 gr	Nohut	260cal	60 gr	Kıymalı Patates	160cal	130gr	Nohut	260cal	60gr
	Pirinç Pilav	139cal	60 gr	Makarna	200	65 gr	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr
	Ayran	70 cal	200 ml	Yoğurt	111	70 gr	Meyve suyu	65cal	200ml	Cacık	128cal	125gr	Turşu	54cal	50gr
CUMA	02.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		09.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		16.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		23.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj		30.12.2022	Enerji Değeri/Gramaj	
	Ispanak	140	150 gr	Tavuklu Patates	150cal	140 gr	Fırında Tavuk	180cal	250gr	Kuru Fasulye	350cal	55gr	Kıymalı Patates	160cal	130gr
	Makarna	200	65 gr	Börek	235cal	135 gr	Pirinç Pilav	139cal	60 gr	Pirinç Pilav	139cal	60gr	Pirinç Pilavı	139cal	60gr
	Yoğurt	111	70 gr	Yoğurt	280cal	70 gr	Ayran	70cal	200ml	Tulumba Tatlısı	255cal	60gr	Cacık	128cal	125gr

EK-1

2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY :OCAK-2023

GÜNLER	1.HAFTA			2.HAFTA			3.HAFTA			YARIYIL TATİLİ			YARIYIL TATİLİ		
PAZARTESİ	02.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		09.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		16.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj							
	Tavuklu Bezelye	151cal	130 gr	Barbunya	160cal	55 gr	Kuru Fasulye	350cal	55 gr						
	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Börek	135cal	135 gr						
	Ayran	70cal	200ml	Yoğurt	111cal	70 gr	Turşu	54cal	50 gr						
SALI	03.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		10.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		17.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj							
	Ezogelin Çorbası	95cal	40 gr	Kıymalı türlü	195cal	65 gr	İspanak	140cal	150 gr						
	Erişte Makarna	200cal	65 gr	Makarna	200cal	65 gr	Makarna	200cal	65 gr						
	Yoğurt	111cal	70 gr	Meyve	63cal	150 gr	Yoğurt	111cal	70 gr						
ÇARŞAMBA	04.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		11.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		18.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj							
	Kuru Fasulye	350cal	55 gr	Ezogelin Çorbası	95cal	40 gr	Tavuk Nugget	180cal	75 gr						
	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Su Böreği	135cal	135 gr	Nohutlu Pirinç Pilavı	150cal	70 gr						
	Turşu	54cal	50 gr	Bezelye	150cal	80 gr	Ayran	70cal	200 ml						
PERŞEMBE	05.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		12.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		19.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj							
	Kıymalı Patates	160cal	130 gr	Nohut	285cal	60 gr	Kıymalı Patates	160cal	130 gr						
	Börek	135cal	135 gr	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr	Bulgur Pilavı	148cal	60 gr						
	LokmaTatlısı	280cal	70 gr	Meyve Suyu	65cal	200ml	Meyve	63cal	150 gr						
CUMA	06.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		13.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj		20.01.2023	Enerji Değeri/Gramaj							
	İspanak	140cal	150 gr	Fırında Tavuk	180cal	250 gr	Kuru Fasulye	350cal	55 gr						
	Makarna	200cal	65 gr	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr	Pirinç Pilavı	139cal	60 gr						
	Meyve	63cal	150 gr	Ayran	70cal	200ml	Tulumba Tatlısı	255cal	60 gr						

EK-1

2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY :ŞUBAT-2023

GÜNLER	YARIYIL TATİLİ			2.HAFTA			3.HAFTA			4.HAFTA			5.HAFTA		
				06.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		13.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		20.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		27.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj	
PAZARTESİ				Kıymalı Nohut	285cal 70 gr		Kuru Fasulye	350cal 55gr		Nohut	350cal 55 gr		Sebzeli Patates	160cal 130gr	
				Pirinç Pilav	139cal 60 gr		Bulgur Pilavı	148cal 60gr		Pirinç Pilavı	139cal 60 gr		Pirinç Pilavı	139cal 60gr	
				Meyve	63cal 150 gr		Turşu	54cal 50gr		Lokma Tatlısı	280cal 70 gr		Tulumba Tatlısı	255cal 60gr	
SALI				07.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		14.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		21.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		28.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj	
				Yayla Çorbası	98cal 90gr		Bezelye	150cal 80 gr		Taze Fasulye	150cal 80 gr		Bezelye	150cal 80 gr	
				Börek	135cal 135gr		Bulgur Pilavı	148cal 60 gr		Makarna	200cal 65 gr		Makarna	200cal 65 gr	
			Kıymalı Karnıbahar	333cal 150gr		Tulumba	255cal 60 gr		Meyve	63cal 100 gr		Meyve	63cal 100 gr		
ÇARŞAMBA				08.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		15.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		22.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj				
				Taze Fasulye	73cal 150 gr		Yayla Çorbası	98cal 90 gr		Mercimek Yemeği	250cal 95 gr				
				Pirinç Pilavı	139cal 60 gr		Sebzeli Köfte	195cal 180 gr		Tavuklu Pilav	360cal 130 gr				
			Ayran	70cal 70gr		Meyve Suyu	65cal 200 ml		Ayran	70cal 200ml					
PERŞEMBE				09.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		16.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		23.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj				
				Mercimek Yemeği	250cal 95gr		Ispanak	140cal 150 gr		Zeytinyağlı Pırasa	150cal 130gr				
				Makarna	200cal 65gr		Makarna	200cal 65 gr		Makarna	200cal 65gr				
			Meyve suyu	65cal 200ml		Yoğurt	111cal 70 gr		Meyve Suyu	65cal 200ml					
CUMA				10.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		17.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj		24.02.2023	Enerji Değeri/Gramaj				
				Tav.Çiftlik Kebap	214cal 200gr		Tavuk Sote	300cal 80 gr		Tavuk Şnitszel	180cal 75gr				
				Bulgur Pilavı	148cal 60gr		Pirinç Pilavı	139cal 60gr		Bulgur Pilavı	148cal 60gr				
			Yoğurt	111cal 70gr		Ayran	70cal 200ml		Yoğurt	111cal 70gr					

EK-1

2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY :MART-2023

GÜNLER	1.HAFTA			2.HAFTA			3.HAFTA			4.HAFTA			5.HAFTA		
PAZARTESİ				06.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		13.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		20.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		27.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj	
				Nohut	285cal	60gr	Kuru Fasulye	350cal	60gr	Kuru Fasulye	350cal	60gr	Şehriye Çorbası	135cal	90gr
				Pirinç Pilav	139cal	60gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr	Pirinç Pilav	139cal	60gr	Türlü	220cal	50gr
				Helva	190cal	30gr	Turşu	54cal	50gr	Lokma Tatlısı	280cal	70gr	Tulumba Tatlısı	255cal	60gr
SALI				07.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		14.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		21.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		28.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj	
				Türlü	220cal	50gr	Kıymalı Kabak	180cal	135gr	Bezelye	150cal	80gr	Kıymalı Patates	160cal	130gr
				Peynirli Erişte	196cal	65gr	Salçalı Makarna	200cal	65gr	Erişte	135cal	65gr	Makarna	200cal	65gr
				Meyve suyu	65cal	200ml	Yoğurt	111cal	70gr	Meyve	63cal	150gr	Turşu	54cal	50gr
ÇARŞAMBA				01.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		08.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		15.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		22.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj	
	Kıymalı Kuru Fasulye	378cal	60 gr	Taze Fasulye	160cal	150gr	Erzincan Çorbası	135cal	55gr	Mercimek Yemeği	250cal	95gr	Mercimek Çorbası	84cal	90gr
	Pirinç Pilavı	139cal	60gr	Pirinç Pilavı	139cal	60gr	Sebzeli Köfte	280cal	180 gr	Makarna	139cal	65gr	Börek	135cal	100gr
	Turşu	54cal	50gr	Ayran	70cal	180ml	Meyve suyu	65cal	200ml	Ayran	70cal	180ml	Ayran	70cal	180ml
PERŞEMBE				02.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		09.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		16.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		23.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj	
	Ezogelin Çorbası	95cal	45gr	Bezelye	150cal	80gr	Taze Fasulye	73cal	150gr	Fırında Tavuk	180cal	250gr	Taze Fasulye	160cal	150gr
	Börek	135cal	135gr	Makarna	200cal	65gr	Makarna	200cal	65gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr
	Patıcanlı musakka	150cal	130gr	Meyve	63ccal	150gr	Helva	190cal	30gr	Cacık	128cal	125gr	Meyve	63cal	150gr
CUMA				03.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		10.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		17.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj		24.03.2023	Enerji Değeri/Gramaj	
	Düğün Çorbası	69cal	90gr	Tavuklu Çiftlik Kebap	214cal	200gr	Tavuk Sote	300cal	80gr	Ispanak	140cal	150gr	Fırında Tavuk		
	Makarna	200cal	65gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr	Pirinç Pilavı	139cal	60gr	Makarna	200cal	65gr	Pirinç Pilavı		
	Tulumba Tatlısı	255cal	60gr	Yoğurt	111cal	70gr	Ayran	70cal	180ml	Yoğurt	111cal	70gr	Ayran		

EK-1

2022–2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY :NİSAN-2023

GÜNLER	1.HAFTA			2.HAFTA			2.ARA TATİL			4.HAFTA			5.HAFTA		
PAZARTESİ	03.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		10.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		17.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		24.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj				
	Kıymalı Nohut	350cal	65gr	Kuru Fasulye	350cal	60gr				Kuru Fasulye	350cal	60gr			
	Pirinç Pilav	139cal	60gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr				Pilav	139cal	60gr			
	Meyve	63cal	150gr	Turşu	54cal	50gr				Lokma Tatlısı	280cal	70gr			
SALI	04.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		11.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		18.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		25.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj				
	Erzincan Çorbası	135cal	55gr	Mercimek Çorbası	250cal	95gr				Bezelye	150cal	80gr			
	Tavuk şinitel	180cal	75gr	Su böreği	135cal	135gr				Makarna	200cal	65gr			
	Ayran	70cal	180ml	Meyve Suyu	70cal	180ml				Meyve	63cal	150gr			
ÇARŞAMBA	05.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		12.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		19.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		26.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj				
	Taze Fasulye	160cal	150gr	Yayla Çorbası	70cal	90gr				Mercimek Yemeği	250cal	95gr			
	Pirinç Pilavı	139cal	60gr	İzmir Köfte	280cal	80gr				Börek	360cal	130gr			
	Turşu	54cal	50gr	Hoşaf	65cal	200ml				Ayran	70cal	180ml			
PERŞEMBE	06.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		13.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		20.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		27.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj				
	Mercimek Yemeği	250cal	95gr	Zeytinyağlı Pırasa	120cal	80gr				Ispanak	140ccal	150gr			
	Makarna	200cal	65gr	Makarna	200cal	65gr				Peynirli erişte	196cal	65gr			
	Meyve suyu	65cal	200ml	Helva	200cal	50gr				Yoğurt	111cal	70gr			
CUMA	07.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		14.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		21.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj		28.04.2023	Enerji Değeri/Gramaj				
	Tav. Çiftlik Kebap	214cal	200gr	Tavuk Sote	180cal	80gr				Şehriye Çorbası	180cal	75gr			
	Bulgur Pilavı	148cal	60gr	Pirinç Pilavı	139cal	60gr				Tavuklu Pilav	139cal	60gr			
	Yoğurt	111cal	70gr	Ayran	70cal	180ml				Ayran	70cal	180ml			

EK-1

2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY : MAYIS-2023

GÜNLER	1.HAFTA			2.HAFTA			3.HAFTA			4.HAFTA			5.HAFTA		
PAZARTESİ	01.05.2023	Enerji Değeri		08.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		15.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		22.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		29.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj	
	Tavuk Nugget	180cal	75gr	Kıymalı Nohut	350cal	65gr	Etlı Kuru Fasulye	159cal	80gr	Kuru Fasulye	350cal	65gr	Taze Fasulye	160cal	150gr
	Bulgur Pilavı	148cal	60gr	Pirinç Pilav	139cal	60gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr	Pirinç Pilavı	139cal	60gr	Pirinç Pilavı	139cal	60gr
	Ayran	70cal	180ml	Meyve	63cal	150gr	Turşu	54cal	50gr	Lokma Tatlısı	280cal	70gr	Tulumba Tatlısı	255cal	60gr
SALI	02.05.2023	Enerji Değeri		09.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		16.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		23.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		30.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj	
	Bezelye	150cal	80gr	İspanak	140cal	150gr	Şehriye Çorbası	140cal	150gr	İspanak	140cal	150gr	Kıymalı Patates	160cal	130gr
	Makarna	200cal	65gr	Makarna	235cal	135gr	Su böreği	235cal	135gr	Makarna	200cal	65gr	Makarna	200cal	65gr
	Yoğurt	111cal	70gr	Meyve suyu	65cal	200ml	Meyve Suyu	65cal	200ml	Yoğurt	111cal	70gr	Turşu	54cal	50gr
ÇARŞAMBA	03.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		10.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		17.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		24.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		31.05.2023	Enerji Değeri	
	Kıy. Kuru Fasulye	159cal	80gr	Kıy. Taze Fasulye	159cal	160gr	Kıymalı Patates	160cal	130gr	Mercimek Yemeği	250cal	95gr	Yayla Çorbası	98cal	90gr
	Pirinç Pilavı	139cal	60gr	Pirinç Pilavı	139cal	60gr	Pirinç Pilavı	139cal	60gr	Tavuklu Pilav	360cal	130gr	Börek	235cal	135gr
	Turşu	54cal	50gr	Ayran	70cal	180ml	Yoğurt	111cal	70gr	Ayran	70cal	180ml	Meyve suyu	65cal	200ml
PERŞEMBE	04.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		11.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		18.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		25.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj			Enerji Değeri/Gramaj	
	Türlü	220 cal	50gr	Mercimek Yemeği	250cal	95gr	Bezelye	150cal	80gr	Türlü	220cal	50gr			
	Börek	235cal	135gr	Makarna	200cal	65gr	Makarna	200cal	65gr	Makarna	200cal	65gr			
	Meyve Suyu	65cal	200ml	Meyve	63cal	150gr	Helva	200cal	50gr	Meyve Suyu	65cal	200ml			
CUMA	05.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		12.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		19.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj		26.05.2023	Enerji Değeri/Gramaj			Enerji Değeri/Gramaj	
	Mercimek Çorbası	84cal	90gr	Tav.Çiftlik Kebap	214cal	200gr				Fırında Tavuk	180cal	250gr			
	Makarna	200cal	65gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr				Bulgur Pilavı	148cal	65gr			
	Tulumba Tatlısı	255cal	60gr	Yoğurt	111cal	70gr				Yoğurt	111cal	70gr			



EK-1

2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI GÖLBAŞI TAŞIMALI EĞİTİM UYGULAMASI KAPSAMINDA BULUNAN ÖĞRENCİLERİN GÜNLÜK/AYLIK ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ LİSTESİ

AİT OLDUĞU AY : HAZİRAN-2023

GÜNLER	1.HAFTA			2.HAFTA			3.HAFTA			YAZ TATİLİ			YAZ TATİLİ		
PAZARTESİ		Enerji Değeri		05.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		12.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		20.06.2022	Enerji Değeri		27.06.2022	Enerji Değeri	
				Tavuk Nugget	180cal	75gr	Kuru Fasulye	350cal	65gr						
				Pirinç Pilav	139cal	60gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr						
				Meyve	63cal	150gr	Turşu	54cal	50gr						
SALI	01.06.2021	Enerji Değeri		06.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		13.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		21.06.2022	Enerji Değeri		28.06.2022	Enerji Değeri	
				Mrcimek Çorbası	150cal	80gr	Sebzeli Çorba	60cal	75gr						
				Börek	235cal	135gr	Börek	160cal	150gr						
				Meyve Suyu	65cal	200ml	Meyve Suyu	65cal	200ml						
ÇARŞAMBA	01.06.2022	Enerji Değeri/Gramaj		07.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		14.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		22.06.2022	Enerji Değeri		29.06.2022	Enerji Değeri	
				Taze Fasulye	160cal	150gr	Kıymalı Patates	160cal	130gr						
				Pirinç Pilavı	139cal	60gr	Pirinç Pilavı	139cal	60gr						
				Turşu	54cal	50gr	Meyve Suyu	65cal	200ml						
PERŞEMBE	01.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		08.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		15.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		23.06.2022	Enerji Değeri		30.06.2022	Enerji Değeri	
	Patates Yemeği	150cal	130gr	Mercimek Yemeği	250cal	95gr	Erzincan Çorba	180cal	250gr						
	Börek	235cal	135gr	Makarna	200cal	65gr	Makarna	200cal	65gr						
	Meyve Suyu	65cal	200ml	Meyve	63cal	150gr	Yoğurt	111cal	70gr						
CUMA	02.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		09.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		16.06.2023	Enerji Değeri/Gramaj		24.06.2022	Enerji Değeri				
	Düğün Çorbası	69cal	90gr	Tavuklu Çiftlik Kebap	214cal	200gr	Şehriye Çorbası	300cal	80gr						
	Makarna	200cal	65gr	Bulgur Pilavı	148cal	60gr	Tavuklu Pilav	139cal	60gr						
	Tulumba Tatlısı	255cal	60gr	Yoğurt	111cal	70gr	Ayran	70cal	180ml						

