

ÇAKABEY OKULLARI ÖĞLEN YEMEĞİ MENÜSÜ TEMMUZ 2026-KALORİLİ



ÖZEL
ÇAKABEY
OKULLARI



PAZARTESİ		SALI		01.07.2026 ÇARŞAMBA		02.07.2026 PERŞEMBE		03.07.2026 CUMA	
				MERCİMEK ÇORBA	150-200	YAYLA ÇORBA	120-160	DOMATES ÇORBA	150-180
				KURU FASULYE	250-350	KURU FIRIN KÖFTE -ÇEDAR TOPLARI	300-330	PİLİÇ PİRZOLA FIRIN	300-350
				PİLAV-ARPA ŞEHRİYELİ	240-280	KARIŞIK KIZARTMA -DOMATES SOSLU	380-420	MAKARNA -DOMATES SOSLU	270-320
						AYRAN	70-80		
				KAVUN	25-35	KARPUZ	25-35	AŞURE	150-220
				KARIŞIK TURŞU	30-50				
				ÇOBAN SALATA	40-70	ÇOBAN SALATA	40-70	FASULYE KAVURMA SALATA	80-100
				YOĞURT MİX	80-100	YOĞURT MİX	80-100	YOĞURT MİX	80-100
06.07.2026 PAZARTESİ		07.07.2026 SALI		08.07.2026 ÇARŞAMBA		09.07.2026 PERŞEMBE		10.07.2026 CUMA	
EZOGELİN ÇORBA	120-180	MERCİMEK ÇORBA	150-200	KREMALİ MANTAR ÇORBASI	150-200	DOMATES ÇORBA	150-180	TEL ŞEHRİYE ÇORBASI	90-130
PATLICAN OTURTMA	350-400	KADINBUDU KÖFTE	300-350	KIYMALI KABAK DOLMA	300-350	KREMALİ PİLİÇ BUT SOTE	180-230	ETLİ ÇOBAN KAVURMA	250-350
PİLAV NOHUTLU	270-320	MAKARNA DOMATESLİ	270-320	ARPA ŞEHRİY PİLAVI	200-240	BULGUR PİLAVI	160-190	PİLAV SADE	200-250
								AYRAN	70-80
KARPUZ	25-35	ERİK	35-50	ŞAMBALİ		KAVUN	25-35	KAZANDIBİ	280-320
ÇOBAN SALATA	40-70	DOMATESLİ KÖZ PATLICAN SALATA	80-120	DOMATESLİ SEMİZOTU SALATA	80-120	HUMUS	250-300	ÇOBAN SALATA	40-70
YOĞURT MİX	80-100	YOĞURT MİX	80-100	YOĞURT MİX	80-100	YOĞURT MİX	80-100	YOĞURT MİX	80-100
13.07.2026 PAZARTESİ		14.07.2026 SALI		15.07.2026 ÇARŞAMBA		16.07.2026 PERŞEMBE		17.07.2026 CUMA	
EZOGELİN ÇORBA	120-180	MERCİMEK ÇORBA	150-200	YAYLA ÇORBASI	120-160	GENDİME ÇORBASI	180-250	KREMALİ SEBZE ÇORBASI	130-160
KABAK OTURTMA	200-260	TAVUKLU NOHUTLU PİLAV	240-280	ETLİ ORMAN KEBABI	270-320	KARNİYARIK	350-400	İZMİR KÖFTE	300-350
MAKARNA -LORLU	290-350	Z.YAĞLI TAZE FASULYE	200-270	FIRIN MAKARNA	280-330	PİLAV TEL ŞEHRİYELİ	200-240	BULGUR PİLAVI	160-190
		AYRAN							
MOZAİK PASTA	300-350	KARPUZ	25-35	KAVUN	25-35	REVANİ	300-380	ERİK	35-50
ÇOBAN SALATA	40-70	DOMATES SALATALIK SÖĞÜŞ	15-25	DOMATESLİ SEMİZOTU SALATA	80-120	ÇOBAN SALATA	40-70	PANCARLI KURU BÖRÜLCE SALATA	180-220
KURU CACIK	80-120	YOĞURT MİX	80-100	YOĞURT MİX	80-100	KURU CACIK	80-120	YOĞURT MİX	80-100
20.07.2026 PAZARTESİ		21.07.2026 SALI		22.07.2026 ÇARŞAMBA		23.07.2026 PERŞEMBE		24.07.2026 CUMA	
MERCİMEK ÇORBA	150-200	EZOGELİN ÇORBASI	120-180	KREMALİ TAVUK ÇORBA	160-180	DOMATES ÇORBA-KAŞARLI	150-180	YAYLA ÇORBA	120-160
ÇITIR TAVUK -PATATES	380-420	PATLICANLI İSLİM KÖFTE	300-350	KURU FASULYE	250-350	EKŞİLİ KÖFE	280-350	ET FAJITA -LAVAŞ	320-380
MAKARNA -LORLU	290-350	BULGUR PİLAVI DOMATESLİ	180-230	PİLAV SADE	240-280	FIRIN MAKARNA	280-330	MAKARNA-PESTO SOSLU	330-400
								AYRAN	70-80
KARPUZ	25-35	SPANGLE		İRMİK HELVASI		KAVUN	25-35	MİNİ BERLİNER	350-420
HUMUS	250-300			KARIŞIK TURŞU	30-50	YEŞİL SALATA	80-120	HUMUS	250-300
YOĞURT MİX	80-100	YOĞURT MİX	80-100	KURU CACIK	80-120	YOĞURT MİX	80-100	YOĞURT MİX	80-100
27.07.2026 PAZARTESİ		28.07.2026 SALI		29.07.2026 ÇARŞAMBA		30.07.2026 PERŞEMBE		31.07.2026 CUMA	
KREMALİ MANTAR ÇORBA	150-200	EZOGELİN ÇORBA	120-180	MERCİMEK ÇORBA	150-200	SEBZE ÇORBASI	130-160	DOMATES ÇORBA-KAŞARLI	150-180
PÜRELİ ÇANAK KÖFTE	270-330	ETLİ BEŞAMELLİ FIRIN PATLICAN	300-350	MANTARLI SOĞAN YATAĞINDA LEVREK	250-300	PİLİÇ PİRZOLA FIRIN	300-350	KEŞKEK YATAĞINDA KUZU KOL TANDIR	380-420
PİLAV SEBZELİ	250-300	BULGUR PİLAVI DOMATESLİ	180-230	SÜTLÜ PATATES	150-200	LAZANYA SEBZELİ	380-450	ŞAKŞUKA	380-421
KAVUN	25-35	HAVUÇLU MOZAİK PASTA	300-350	TAHİN HELVA DİLİM	250-280	ERİK	35-50	BALKABAKLI RULO PASTA	
PİYAZ	250-300	ÇOBAN SALATA	40-70	DOMATESLİ SEMİZOTU SALATA	80-100	KURU BÖRÜLCE SALATA	140-180	ÇOBAN SALATA	40-70
YOĞURT		KURU CACIK	80-120	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	KURU CACIK	80-120