



ÖZEL
ÇAKABEY
OKULLARI



ÇAKABEY OKULLARI ÖĞLEN YEMEĞİ MENÜSÜ EKİM 2026-KALORİLİ

						1.10.2026		2.10.2026	
						YAYLA ÇORBASI	120-160	ANADOLU ÇORBASI	180-250
						İZMİR KÖFTE	300-350	KIYMALI SULU PATATES YEMEĞİ	140-180
						BULGUR PILAVI	160-190	BULGUR PILAVI	160-190
						KALBURABASTI	300-340	ERİK	300-350
						DOMATESLİ SEMİZOTU	80-100	BROKOLİ SALATA	50-100
						MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60
						YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100
5.10.2026		6.10.2026		7.10.2026		8.10.2026		9.10.2026	
EZOĞELİN ÇORBASI	120-180	MERCİMEK ÇORBASI	150-200	DOMATES ÇORBASI	150-200	TAVUK ÇORBASI	160-180	TAZE TARHANA ÇORBASI	100-150
İSVEÇ KÖFTE	350-450	KURU FASULYE	250-350	ÇITIR TAVUK	380-420	PIZZA MARGARİTA	350-400	NEŞELİ KÖFTE	220-280
MAKARNA-DOMATES SOSLU	270-320	PILAV SADE	200-250	MAKARNA-PESTO SOSLU	280-320	PATATES KIZARTMASI	300-350	MAKARNA-DOMATES SOSLU	270-320
				AYRAN		AYRAN	70-80		
NEKTARİN	40-55	ŞEKERPAZE	180-250	KAVUN	30-40	ÇİKOLATA RÜYASI		MÜRDÜM ERIĞİ	40-55
PANCAR TURŞUSU	30-50	KARIŞIK TURŞU	30-50	KARNABAHAR SALATA	40-80	Z.YAĞLI PIRASA	200-270	YOĞURLU SEMİZOTU SALATA	100-150
MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60
YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100
12.10.2026		13.10.2026		14.10.2026		15.06.2026		16.10.2026	
TAVUK ÇORBASI	160-180	ŞEHİRİYELİ SEBZE ÇORBASI	90-130	DOMATES ÇORBASI	150-180	TAZE TARHANA ÇORBASI	100-150	HAVUÇ ÇORBASI	160-180
MANTI	350-400	SALIHLI KÖFTE-LAVAŞLI	240-300	TAVUK PİRZOLA	300-350	EKŞİLİ KÖFTE	280-350	NOHUT YEMEĞİ	350-450
BARBUNYA PILAKİ	180-230	ARPA ŞEHİRİYELİ PILAVI	240-280	MAKARNA-LORLU	290-350	FIRIN MAKARNA	280-330	PILAV SADE	200-250
		AYRAN	70-80						
YAZ ELMASI	50-60	SPANGLE	250-300	MANDALİNA	45-60	HAVUÇLU MOZAİK	300-350	NEKTARİN	40-55
BROKOLİ SALATASI	50-100	PANCAR TURŞUSU	30-50	YOĞURLU KEREVİZ SALATASI	100-150	KÖZ PATLICAN SALATA DOMATESLİ	80-120	KARIŞIK TURŞU	30-50
MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60
YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100
19.10.2026		20.10.2026		21.10.2026		22.10.2026		23.10.2026	
MANTAR ÇORBASI	150-200	DÜĞÜN ÇORBASI	150-220	YAYLA ÇORBASI	120-160	DOMATES ÇORBASI	150-180	EZOĞELİN ÇORBASI	120-180
HAMBURGER	300-350	KURU FASULYE	250-350	ROSTO KÖFTE	360-400	HİNDİ KAVURMA	250-330	ADANA -LAVAŞLI	300-380
PATATES KIZARTMASI	300-350	PILAV SADE	200-250	PILAV -ARPA ŞEHİRİYELİ	240-280	ERİŞTE	240-290	BULGUR PILAVI-DOMATESLİ	180-230
AYRAN	70-80							AYRAN	70-80
KAVUN	30-40	ÇİLEKLİ MAGNOLİA	180-240	NEKTARİN	40-55	YAZ ELMASI	50-60	TRALİÇE	40-55
HAVUÇ TARATOR	120-180	KARIŞIK TURŞU	30-50	MAŞ FASULYESİ SALATA	180-220	KISIR	180-250	KÖZ KIRMIZI BİBER SALATA	70-110
MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60
YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100
26.10.2026		27.10.2026		28.10.2026		29.10.2026		30.10.2026	
MERCİMEK ÇORBASI	150-200	DÜĞÜN ÇORBASI	150-220	GENDİME ÇORBASI	180-250			TUTMAÇ ÇORBASI	160-180
ET FAJİTA-LAVAŞ	350-420	NOHUT YEMEĞİ	350-450	ÇITIR TAVUK	380-420			TİRE KÖFTE-TIRNAK PİDE	280-350
BULGUR PILAVI-DOMATESLİ	180-230	PILAV SADE	200-250	PATATES KIZARTMASI	300-350	RESMİ TATİL		BULGUR PILAVI DOMATESLİ	180-230
AYRAN	70-80			MAKARNA-MANTAR SOSLU	280-330			AYRAN	70-80
MOZAİK PASTA	300-350	NEKTARİN	40-55	ÇİKOLATALI İRMİK HELVASI	240-280			YAZ ELMASI	50-60
KÖZ PATLICAN SALATASI	80-120	KARIŞIK TURŞU	30-50	PANCARLI KURU BÖRÜLCE SALATA	180-220			SEMİZOTU DOMATESLİ	80-100
MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60	MEVSİM SALATA	40-60			MEVSİM SALATA	40-60
YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100			YOĞURT	80-100