



ÖZEL
ÇAKABEY
OKULLARI



ÇAKABEY OKULLARI ÖĞLEN YEMEĞİ MENÜSÜ EYLÜL 2026-KALORİLİ

31.08.2026 PAZARTESİ		01.09.2026 SALI		02.09.2026 ÇARŞAMBA		03.09.2026 PERŞEMBE		04.09.2026 CUMA	
		ŞEHİRİYELİ TAVUK ÇORBASI	160-180	AYRAN AŞI(SOĞUK ÇORBA)	120-180	ANADOLU ÇORBA	180-250	MERCİMEK ÇORBASI	150-200
		MENGEN MUSAKKA	350-400	ETLİ BAMYA	250-350	SPEŞİYEL BUT KEMİKSİZ	180-220	ETLİ BİBER DOLMASI	300-350
		ERİŞTE	220-260	NOHUTLU PİLAV	250-300	BULGUR PİLAVI	160-190	PATATESLİ/PEYNİRLİ BÖREK	200-250
		TRİLİÇE	300-350	KARPUZ	30-40	ŞEKERPARE	180-250	KAVUN	30-40
		YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100
		GAVURDAĞ SALATA	120-180	ÇOBAN SALATA	40-70	ZEYTİNYAĞLI BÖRÜLCE SALATA	140-180	NOHUT SALATA	130-170
07.09.2026 PAZARTESİ		08.09.2026 SALI		09.09.2026 ÇARŞAMBA		10.09.2026 PERŞEMBE		11.09.2026 CUMA	
DOMATES ÇORBA	150-180	KREMLİ MANTAR ÇORBA	150-200	BAL KABAKLI ÇORBA	100-160	SEBZELİ ŞEHİRİYE ÇORBASI	150-180	YAYLA ÇORBA	120-160
KIYMALI KABAK GRATEN	350-400	ETLİ YAZ TÜRLÜŞÜ	280-320	LEVREK FİLETO	280-360	PİLİÇ TOPKAPI İÇ PİLAVLI	400-420	KUŞBAŞI ETLİ PATLICAN KEBABI	300-350
MAKARNA-SADE	240-290	PİLAV ŞEHİRİYELİ	200-240	SÜTLÜ PATATES	150-200	BARBUYA PİLAKİ	180-230	BULGUR PİLAVI	160-190
TAVUK GÖĞSÜ	250-300	ERİK KOMPOSTO	80-160	SÜTLÜ İRMİK HELAVSI	170-230	ERİK	40-55	KEŞKÜL	250-300
		YOĞURT	80-100					YOĞURT	80-100
YOĞURT	80-100	YEŞİL SALATA	40-60	TAZE BÖRÜLCE SALATASI	140-180	YOĞURT	80-100	DOMATESLİ SEMİZOTU	80-120
MAŞ FASULYE SALATA	180-220	YOĞURLU KÖZ BİBER	100-150	YOĞURT	80-100	YEŞİL SALATA	40-60	CACIK	80-120
14.09.2026 PAZARTESİ		15.09.2026 SALI		16.09.2026 ÇARŞAMBA		17.09.2026 PERŞEMBE		18.09.2026 CUMA	
MERCİMEK ÇORBASI	150-220	EZOĞELİN ÇORBA	120-180	YAYLA ÇORBASI	120-160	DÜĞÜN ÇORBASI	150-220	GENDİME ÇORBASI	180-250
HAMBURGER	300-350	FIRIN BAGEİ	170-220	İZMİR KÖFTE	300-350	MANTI	350-400	ROSTO KÖFTE	360-400
PATATES KIZARTMASI	300-350	MAKARNA- DOMATES SOSLU	240-290	BULGUR PİLAVI	160-190	ŞAKŞUKA	380-420	PİLAV	200-240
AYRAN									
ŞEFTALİ	40-55	SUPANGLE	250-300	ERİK	40-55	REVANİ	300-380	KARPUZ	30-40
YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100
HAVUÇ TARATOR	120-180	COBAN SALATA	40-70	SEMİZOTU SALATA	180-220	YEŞİL SALATA	40-60	KAŞIK SALATA	40-70
21.09.2026 PAZARTESİ		22.09.2026 SALI		23.09.2026 ÇARŞAMBA		24.09.2026 PERŞEMBE		25.09.2026 CUMA	
DOMATESLİ TEL ŞEHİRİYE ÇORBASI	90-130	YOĞURT ÇORBASI	150-200	EZOĞELİN ÇORBA	120-180	MERCİMEK ÇORBA	150-200	DÜĞÜÇÜK ÇORBASI	160-200
ÇİTİR TAVUK	380-420	PATATES OTURTMA	350-400	EKŞİLİ KÖFTE	280-350	KURU FASULYE	250-350	BARBEKÜ SOSLU KÖFTE	300-330
SPAGETTİ-PESTO SOSLU	240-290	BULGUR PİLAVI	160-190	ERİŞTE	220-260	PİLAV	200-250	MAKARNA-SADE	240-290
AYRAN									
ŞEFTALİ	40-55	PROFİTEROL	300-350	ERİK	40-55	KALBURABASTI	300-340	KARPUZ	30-40
		YOĞURT	80-100			YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100
YOĞURT	80-100	YEŞİL SALATA	40-60	YOĞURT	80-100	KARIŞIK TURŞU	30-50	ÇOBAN SALATA	40-70
YEŞİL SALATA	40-60	AMERİKAN FASULYE KAVURMA	80-100	YEŞİL SALATA	40-60	KABAK ÇENTME	200-250	ZEYTİNYAĞLI SEMİZOTU	180-220
28.09.2026 PAZARTESİ		29.09.2026 SALI		30.09.2026 ÇARŞAMBA					
EZOĞELİN ÇORBA	120-180	TAVUK ÇORBA	150-180	MERCİMEK ÇORBASI	150-200				
MARGARİTE PİZZA	350-400	NOHUT YEMEĞİ	320-400	FIRIN PİLİÇ PİZZOLA	190-240				
PATATES KIZARTMA	300-350	PİLAV	200-240	MAKARNA -MANTAR SOSLU	240-290				
AYRAN									
ŞEFTALİ	40-55	ISLAK BROWNİ	300-350	KAVUN	30-40				
YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100	YOĞURT	80-100				
DOMATESLİ SEMİZOTU	80-100	KARIŞIK TURŞU	30-50	HUMUS	250-300				
KURU BÖRÜLCE SALATA	140-180	YEŞİL SALATA	40-60	KABAK TARATOR	170-190				