



TED ADANA KOLEJİ YEMEK LİSTESİ KASIM 2020 KAHVALTI - BESLENME MENÜ



TARİH	KAHVALTI					BESLENME	
	KAHVALTI 1	KAHVALTI 2	KAHVALTI 3	KAHVALTI 4	KAHVALTI 5	BESLENME ANASINIFI	BESLENME İLKOKUL
2.11.2020	Süt(84 cal)	Topik Peynir(270 cal)	Haşlama Yumurta(155cal)	Reçel(278cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Mini Pizza(350 cal)-Ayran(57 cal)	Mini Pizza(350 cal)-Ayran(57 cal)
3.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Süzme Peynir(100cal)	Bal (90 cal) / Tereyağ(160 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Kuruyemiş(350cal)-Meyve suyu(108cal)	Bisküvili Pasta(330cal)-Meyve suyu(108cal)
4.11.2020	Süt(84 cal)	Beyaz Peynir(270cal)	Omlet (155 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Simit(350cal)-Meyve Suyu(108al)	Simit(350cal)-Ayran(57cal)
5.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Tost (216 cal)	Bal (90 cal) / Tereyağ(160 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Meyve Tabağı(201cal)-Bisküvi(110cal)	Aşure (350 cal)
6.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Peynirli Kalem Börek(270cal)	Haşlama Yumurta(155cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Sosyete Poğaç(350cal)-Süt(84cal)	Sosyete Poğaç(350cal)-Süt(84cal)
9.11.2020	Süt(84 cal)	Kaşar Peyniri(300)	Haşlama Yumurta(155cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Sıkma (220 cal)/ Ayran (57 cal)	Elmalı Turta(350cal)-Ayran(57cal)
10.11.2020	Süt(84 cal)	Süzme Peynir(270cal)	Bal (90 cal) / Tereyağ(160 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Açma(215 cal) (-Meyve suyu (108 cal)	Tel Kadayıf (500 cal)
11.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Topik Peynir(270 cal)	Omlet (155 cal)	Tahin-Pekmez (80 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Meyve Tabağı (60)/ Bisküvi (50)	Açma(215 cal) (-Meyve suyu (108 cal)
12.11.2020	Süt(84 cal)	Üçgen Peynir (94 cal)	Simit(350 cal)	Bal (90 cal) / Tereyağ(160 cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Çubuk(350)/ Meyve suyu (108 cal)	Çubuk(350)/ Meyve suyu (108 cal)
13.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Beyaz Peynir(270cal)	Yumurtalı Ekmek (220 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Meyve Tabağı (60)/ Bisküvi (50)	Meyve (100 cal) / Süt (84 cal)
16.11.2020	Süt(84 cal)	Kaşar Peyniri(300)	Haşlama Yumurta(155cal)	Bal (90 cal) / Tereyağ(160 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Tost (216 cal)/ Meyve suyu (108 cal)	Şekerpare (500 cal)
17.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Fır. Peynirli Ekmek(131cal)	Tahin Helva (125 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Çikolatalı Kek(311cal)-Süt (84 cal)	Çikolatalı Kek(311cal)-Meyve Suyu(108cal)
18.11.2020	Süt(84 cal)	Kaşarlı Simit(300cal)	Bal (90 cal) / Tereyağ(160 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Pişi (375)/ Ayran (57)	Pişi (375)/ Ayran (57)
19.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Topik Peynir(270 cal)	Omlet (155 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Meyve Tabağı(201cal)-Bisküvi(110cal)	Sütlaç (350 cal)
20.11.2020	Süt(84 cal)	Mini pizza(350)	Fındık Ezme (216 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Un Kurabiyesi(225cal)-Süt(84cal)	Un Kurabiyesi(225cal)-Süt(84cal)
23.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Kaşar Peyniri(300)	Haşlama Yumurta(155cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Tost (216 cal)Ayran (57 cal)	Tost (216 cal)Ayran (57 cal)
24.11.2020	Süt(84 cal)	Kaşarlı Açma (215 cal)	Reçel(278cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Bisküvili Pasta(330cal)-Meyve suyu(108cal)	Bisküvili Pasta(330cal)-Meyve suyu(108cal)
25.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Süzme Peynir(100cal)	Patetesli Omlet(155cal)	Reçel(278cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Meyve Tabağı(201cal)-Bisküvi(110cal)	Profiterol (400 cal)
26.11.2020	Süt(84 cal)	Beyaz Peynir(270cal)	Bal (90 cal) / Tereyağ(160 cal)	Yumurtalı Ekmek (220 cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Ankara Simidi(350cal)/Meyve Suyu (108 cal)	Ankara Simidi(350cal)/Meyve Suyu (108 cal)
27.11.2020	Süt(84 cal)	Üçgen Peynir (94 cal)	Haşlama Yumurta(155cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Doğum Günü Pastası (240 cal)	Saray Lokumu (200 cal)
30.11.2020	Bitki Çayı(37 cal)	Kaşar Peyniri(300)	K.Tahin Helva (125 cal)	Domates/Salatalık(121cal)	Karışık Zeytin(115cal)	Havuçlu Kek(210cal)-Meyve suyu(108cal)	Havuçlu Kek(210cal)-Meyve suyu(108cal)

SOFRA AŞ. PROJE MÜDÜRÜ
FUNDA KARADAĞ

SOFRA AŞ. BÖLGE MÜDÜRÜ
ÖMER ÖNAL

TED ADANA KOLEJİ OKUL MÜDÜRÜ
BAYRAM TOZAL