



## TED ADANA KOLEJİ MART 2023 YEMEK MENÜSÜ



	ÇORBA	ANA YEMEK	YARDIMCI YEMEK	MEZE	İÇECEK,TATLI VEYA MEYVE	İLKOKLUL BESLENME
1.03.2023	Şehriye Çorbası (130 cal)	Tavuk Tantuni (340 cal)	Patates cips (315 cal)	Haydari ( 75 cal )	Ayran(57cal)	
2.03.2023	Mercimek Çorba ( 150 cal )	Patates Musakka (345 cal )	Bulgur Pilavı (300 cal )	Havuç Tarator (75 cal)	Cacık ( 128 cal )	
3.03.2023	Yayla Çorba (140 cal)	Tavuk Kebap (520 cal )	Pişmiş Biber (60 cal)	Soğan piyaz (75 cal)	Ayran(57cal)	
6.03.2023	Toyga Çorba	Et Döner (340 cal )	Pirinç Pilavı (330)	Kereviz Salatası (125 cal)	Ayran ( 57 cal )	
7.03.2023	Ezogelin Çorba(150 cal)	Analı Kızılı (300 cal)	Soslu Makarna ( 300 cal )	Mercimekli Köfte (130 cal)	Kadayıflı muhallebi (200 cal)	
8.03.2023	Tavuklu Şehriye Çorbası (160 cal)	Tav. Köfte (285 cal)	Mer.Bulgur Pilavı ( 300 cal )	Pancar(75 cal)	Meyve (90cal)	
9.03.2023	Kremalı Mer.Erişte Çorbası (170 cal)	Nohut Yahni (280 cal)	Tavuklu Pilav (345 cal)	Çiğ Köfte (180 cal)	Yoğurt (81 cal )	
10.03.2023	Mercimek Çorba ( 150 cal )	Adana Kebap ( 340 cal )	Pişmiş Biber (25 cal )	Yeşillik ( 45 cal)	Ayran(57cal)	
13.03.2023	Sebze Çorba ( 140 cal )	Etli Nohut (300 cal)	Pirinç Pilavı (330)	Karışık Turşu ( 35 cal )	Yoğurt (81 cal )	Peynirli Börek (370 cal ) / Ayran (57 cal )
14.03.2023	Yayla Çorba (140 cal)	Tavuk Sote ( 340 cal )	Makarna (300 cal)	Makarna Salatası (210 cal)	Meyve (90cal)	Tatlı- Tuzlu Kuru Pasta(350 cal )
15.03.2023	Ezogelin Çorba(150 cal)	Patlıcan Musakka (375 cal )	Mer.Bulgur Pilavı ( 300 cal )	Çiğ Köfte (180 cal)	Cacık ( 128 cal )	Mozaik Pasta (240 cal)/ Süt (96 cal)
16.03.2023	Mercimek Çorba ( 150 cal )	İzmir Köfte (375 cal)	Pirinç Pilavı (330)	Pırasa (115 cal)	Halka Tatlı (530 cal)	Un Kurabiyesi (350 cal) / Süt (96 cal)
17.03.2023	Tavuklu Şehriye Çorbası (160 cal)	Pizza (340 cal )	Patates cips (315 cal)	Portakallı Kereviz ( 110 cal)	Ayran ( 57 cal )	Pişi (244 cal)
20.03.2023	Mercimek Çorba ( 150 cal )	Ekşili Köfte (310 cal)	Erişte Pilavı ( 300 cal )	Rus Salatası (230 cal )	Meyve (90cal)	Kakaolu Kek (210 cal ) / Süt ( 84 cal )
21.03.2023	Yayla Çorba (140 cal)	Kuru Fasulye ( 340 cal )	Bulgur Pilavı (300 cal )	Yoğ.Döğme Salatası ( 135 cal )	Yoğurt (81 cal )	Börek (370 cal ) / Ayran (57 cal )
22.03.2023	Ezogelin Çorba(150 cal)	Balık Pane (370 cal)	Fırın Patates (310 cal)	Humus (180 cal)	İrmik Helvası ( 500 cal )	Simit ( 350 cal )/ Ayran ( 57 cal )
23.03.2023	Tavuklu Şehriye Çorbası (160 cal)	Mercimekli Kabak Çitme (305 cal)	Şehriyeli Bulgur Pilavı (300 cal)	Pembe Sultan (75 cal)	Elmalı Turta (320 cal)	Elmalı Turta (320 cal)
24.03.2023	Tutamaç Çorbası (155 cal)	S. Tavuk Fajita (340 cal)	Pirinç Pilavı (330)	Kereviz Salatası (125 cal)	Ayran ( 57 cal )	Zeytinli Poğaç (350 cal )- Ayran (57 cal)
27.03.2023	Yayla Çorba(150 cal)	Tavuk Döner (340 cal )	Pirinç Pilavı (330)	Makarna Yoğurtlu (175 cal)	Ayran ( 57 cal )	Havuçlu Kek (210 ) / Süt (96 cal)
28.03.2023	Şehriye Çorbası (130 cal)	Karışık Kızartma ( 315 cal )/	Makarna (300 cal)	Mercimekli Köfte (130 cal)	Browni (280 cal)	Browni (280 cal)
29.03.2023	Mercimek Çorba ( 150 cal )	Tav. Orman Kebabı (270 cal)	Bulgur Pilavı (300 cal )	Havuç Tarator (75 cal)	Meyve (90cal)	Simit ( 350 cal )/ Ayran ( 57 cal )
30.03.2023	Ezogelin Çorba(150 cal)	Yoğ.İspanak (275)	Peynirli/Patatesli Börek (320 cal)	Kısır (180 cal)	Sütlaç (268 cal)	Sütlaç (268 cal)
31.03.2023	Mahluta Çorba (150 cal)	Tavuklu Tepsi Kebabı (337 cal)	Döğme Pilavı (300 cal)	Nuraniye (240 cal)	Ayran ( 57 cal )	Tatlı- Tuzlu Kuru Pasta(350 cal )