



TED ADANA KOLEJİ ŞUBAT 2026 ÖĞLE YEMEĞİ MENÜSÜ



Tarih/Öğün	2.2.2026 (Pazartesi)	Kalori	3.2.2026 (Salı)	Kalori	4.2.2026 (Çarşamba)	Kalori	5.2.2026 (Perşembe)	Kalori	6.2.2026 (Cuma)	Kalori
ÖĞLE	MERCİMEK ÇORBA	140 Kcal	DOMATES ÇORBA	157 Kcal	EZOĞELİN ÇORBA	169 Kcal	TARHANA ÇORBA	121 Kcal	MERCİMEK ÇORBA	140 Kcal
	ET SUYU ÇORBA	132 Kcal	BROKOLİ ÇORBA	72 Kcal	YAYLA ÇORBA	122 Kcal	HAVUÇ ÇORBA	128 Kcal	KIŞ ÇORBASI	125 Kcal
	ZYT. BARBUNYA	358 Kcal	ET ROSTO KÖFTE	365 Kcal	KIYMALI PATATES TAVA	357 Kcal	TAVUK SAÇ KAVURMA	372 Kcal	BALIK KIZARTMA	405 Kcal
	BULGUR PILAVI	266 Kcal	PİRİNÇ PILAVI	285 Kcal	DÖVME PILAVI	359 Kcal	PİRİNÇ PILAVI	285 Kcal	KÖYLÜ PATATES	78 Kcal
	MEYVE	90 Kcal	AYRAN	56 Kcal	SUPANGLE	184 Kcal	AYRAN	56 Kcal	İRMİK HELVASI	532 Kcal
	SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR	
	ZYT. PANCAR	65 Kcal	ZYT. KARNABAHAHAR	75 Kcal	ZYT. PATLICAN SALATA	128 Kcal	ZYT. BROKOLİ	151 Kcal	ZYT. PANCAR	65 Kcal
	YOĞURT	92 Kcal	HAVUÇ TARATOR	158 Kcal	YOĞURTLU MAKARNA	167 Kcal	PATATES SALATASI	143 Kcal	ÇİĞ KÖFTE	361 Kcal
ÖĞLE	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal
	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal
Tarih/Öğün	9.2.2026 (Pazartesi)	Kalori	10.2.2026 (Salı)	Kalori	11.2.2026 (Çarşamba)	Kalori	12.2.2026 (Perşembe)	Kalori	13.2.2026 (Cuma)	Kalori
ÖĞLE	EZOĞELİN ÇORBA	169 Kcal	ŞEHİRİYE ÇORBA	182 Kcal	MERCİMEK ÇORBA	140 Kcal	MERCİMEK ÇORBA	140 Kcal	DOMATES ÇORBA	157 Kcal
	YAYLA ÇORBA	122 Kcal	KREMALI SEBZE ÇORBA	168 Kcal	KREMALI TAVUK ÇORBA	287 Kcal	SEBZE ÇORBA	119 Kcal	MAHLUTA ÇORBA	150 Kcal
	ETLİ NOHUT	270 Kcal	TEPSİ KEBABI	172 Kcal	ZYT. TAZE FASULYE	136 Kcal	SOSLU TAVUK BAGET	388 Kcal	ADANA KEBAP	298 Kcal
	PİRİNÇ PILAVI	285 Kcal	SALÇALI BULGUR PILAVI	185 Kcal	SOSLU MAKARNA	272 Kcal	PİRİNÇ PILAVI	285 Kcal	PİŞMİŞ BİBER	30 Kcal
	MEYVE	90 Kcal	AYRAN	56 Kcal	ISLAK KEK	414 Kcal	AYRAN	56 Kcal	AYRAN	56 Kcal
	SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR	
	ZYT. KARNABAHAHAR	75 Kcal	PATATES SALATASI	143 Kcal	ZYT. BROKOLİ	151 Kcal	KISIR	131 Kcal	HUMUS	363 Kcal
	YOĞURTLU MANTI	197 Kcal	YOĞURTLU SEMİZOTU	142 Kcal	YOĞURTLU MAKARNA	167 Kcal	YOĞURTLU PATLICAN	132 Kcal	ÇİĞ KÖFTE	361 Kcal
ÖĞLE	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal
	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal
Tarih/Öğün	16.2.2026 (Pazartesi)	Kalori	17.2.2026 (Salı)	Kalori	18.2.2026 (Çarşamba)	Kalori	19.2.2026 (Perşembe)	Kalori	20.2.2026 (Cuma)	Kalori
ÖĞLE	MERCİMEK ÇORBA	140 Kcal	TARHANA ÇORBA	121 Kcal	EZOĞELİN ÇORBA	169 Kcal	MERCİMEK ÇORBA	140 Kcal	KARADENİZ GÜNÜ	
	YAYLA ÇORBA	122 Kcal	BROKOLİ ÇORBA	72 Kcal	DÜĞÜN ÇORBA	117 Kcal	KIŞ ÇORBASI	125 Kcal		
	ETLİ KURU FASULYE	286 Kcal	TİRE KÖFTE	348 Kcal	ZYT. BEZELYE	165 Kcal	TAVUK TANTUNİ	362 Kcal		
	BULGUR PILAVI	266 Kcal	PİRİNÇ PILAVI	285 Kcal	BULGUR PILAVI	266 Kcal	PİRİNÇ PILAVI	285 Kcal		
	MEYVE	90 Kcal	AYRAN	56 Kcal	ŞEKERPARA	408 Kcal	AYRAN	56 Kcal		
	SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR			
	PATATES SALATASI	143 Kcal	ZYT. SEBZE GARNİTÜR	112 Kcal	ZYT. PATLICAN SALATA	128 Kcal	KISIR	131 Kcal		
	YOĞURTLU ISPANAK	62 Kcal	HAVUÇ TARATOR	158 Kcal	YOĞURTLU MANTI	197 Kcal	YOĞURT	92 Kcal		
ÖĞLE	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	KARADENİZ GÜNÜ	
	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal		
Tarih/Öğün	23.2.2026 (Pazartesi)	Kalori	24.2.2026 (Salı)	Kalori	25.2.2026 (Çarşamba)	Kalori	26.2.2026 (Perşembe)	Kalori	27.2.2026 (Cuma)	Kalori
ÖĞLE	MAHLUTA ÇORBA	150 Kcal	MERCİMEK ÇORBA	140 Kcal	EZOĞELİN ÇORBA	169 Kcal	DOMATES ÇORBA	157 Kcal	MERCİMEK ÇORBA	140 Kcal
	DOMATES ÇORBA	157 Kcal	ŞEHİRİYE ÇORBASI	182 Kcal	TARHANA ÇORBA	121 Kcal	YAYLA ÇORBA	122 Kcal	KIŞ ÇORBASI	125 Kcal
	ETLİ NOHUT	270 Kcal	HAMBURGER	313 Kcal	PATLICAN GÜVEÇ	415 Kcal	PİLİÇ ROTİ	208 Kcal	ADANA KEBAP	298 Kcal
	PİRİNÇ PILAVI	285 Kcal	ÇİPS	78 Kcal	PİRİNÇ PILAVI	285 Kcal	SOSLU MAKARNA	272 Kcal	HALKA TATLI	329 Kcal
	MEYVE	90 Kcal	AYRAN	56 Kcal	SÜTLAÇ	289 Kcal	AYRAN	56 Kcal	AYRAN	56 Kcal
	SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR		SALATA BAR	
	ZYT. TAZE FASULYE	136 Kcal	ZYT. PANCAR	65 Kcal	ÇİĞ KÖFTE	361 Kcal	ZYT. KARNABAHAHAR	75 Kcal	ZYT. SEBZE GARNİTÜR	112 Kcal
	YOĞURT	92 Kcal	HAYDARI	76 Kcal	CACIK	68 Kcal	MÜTEBBEL	194 Kcal	KISIR	131 Kcal
ÖĞLE	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal	MEVSİM SALATA	62 Kcal
	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal	TURŞU	160 Kcal

BAYRAM TOZAL
TED ADANA KOLEJİ GENEL
KOORDİNATÖRÜ

SANEM GÖZÜYEŞİL
TED ADANA KOLEJİ LİSE
MÜDÜRÜ

ÖZGE KARATAŞ
TUREST YEMEK BÜYETİSYEN

BANU YILDIRIM
TUREST YEMEK GIDA MÜHENDİSİ-PROJE
MÜDÜRÜ