

Beslenme Dostu Okul



TED KARABÜK KOLEJİ
2025-2026 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
EKİM AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Sabah	Öğle	Akşam	Gece Ara Öğün
01 Ekim 2025 Çarşamba	Patates Tava, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Tarhana Çorba Kadınbudu Köfte/Püre Pilav Ayran	Çorba Zeytin Y. Kabak Yemeği Kıymalı-Patatesli Milföy Böreği Yoğurt	Patatesli Börek Ayran
02 Ekim 2025 Perşembe	Kaşarlı Tost, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Mercimek Çorba Tavuk Sote Pirinç Pilavı Salata	Sucuk Ekmek Menü	Simit, Ayran
03 Ekim 2025 Cuma	Sucuklu Yumurta, Kaşar Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Et Tantuni Menü	Çorba Fırın Patates Bulgur Pilavı Yoğurt	Ekmek Arası Helva Çay
04 Ekim 2025 Cumartesi	Peynirli Yufka Gözleme, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Sebzeli Köfte Pirinç/Bulgur Pilavı Cacık	Çorba Barbunya Yemeği Pirinç Pilavı Mevsim Salata	Açma, Meyve Suyu
05 Ekim 2025 Pazar	Haşlanmış Yumurta, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Tarhana Çorba Etli Manti(Sos+Yoğurt) Salata Mevsim Meyve	Ekmek Arası Köfte Menü	Ekmek Arası Patates Çay
06 Ekim 2025 Pazartesi	Menemen, Kaşar Peynir, Zeytin, Tereyağı, Reçel Süt, Çay	Süzme Mercimek Çorba Etli Nohut Yemeği Pirinç/Bulgur Pilavı Cacık	Çorba Patlıcan Musakka Bulgur Pilavı Yoğurt	Kakaolu Kek, Süt
07 Ekim 2025 Salı	Pişi, Beyaz Peynir, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Kayısı, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Karışık Kızartma Ketçaplı Spagetti Yoğurt	Çorba Rosto Köfte/Püre Mevsim Salata Meyve	Halley Süt
08 Ekim 2025 Çarşamba	Patatesli Yumurta, Zeytin, Tereyağı, Bal, Ceviz, Süt, Çay	Sütlü Keşkek Çorba Pideli Köfte Kıymalı Makarna Salata	Çorba Bezelye Yemeği Pirinç Pilavı Mevsim Salata	Zeytinli Poğaç Çay
09 Ekim 2025 Perşembe	Peynirli Yufka Gözleme, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Tavuk Haşlama Pilav Mevsim Salata Şekerpare	Sosisli Sandviç Menü	Islak Kek Meyve Suyu
10 Ekim 2025 Cuma	Haşlama Yumurta, Kaşar Peyniri Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Reçel Süt, Çay	Hamburger Menü	Çorba Sucuklu Kuru Fasulye Bulgur Pilavı Çoban Salata	Fındıklı Kurabiye Süt

11 Ekim 2025 Cumartesi	Patatesli Yumurta, Beyaz Peynir, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Mercimek Çorba Pürelı Kebab Kısır Meyve	Çorba Kıy. Patates Oturtma Makarna Kavun	Kaşarlı-Y.Biberli Sandviç, Meyve Suyu
12 Ekim 2025 Pazar	Simit, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Mantarlı Tavuk Sote Pirinç /Bulgur Pilavı Salata Meyve Salatası	Ekmek İçi Köfte Menü	Halley Süt
13 Ekim 2025 Pazartesi	Poğaç, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Mercimek Çorba Barbunya Yemeği Pirinç/Bulgur Pilavı Karışık Turşu	Çorba Tas Kebabı Pirinç Pilavı Havuç Tarator	Simit, Ayran
14 Ekim 2025 Salı	Sigara Böreği, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Şehriye Çorbası Piliç Kızartma/Pilav Mevsim Salata Ayran	Çorba Misket Köfte Şehriye Pilavı Salata	Kaşarlı Sandviç, Limonata
15 Ekim 2025 Çarşamba	Haşlama Yumurta, Kaşar Peynir, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Domates Çorba Patlıcan Musakka Spagetti Makarna Havuç Tarator	Çorba Etli Manti(Sos+Yoğurt) Mevsim Salata Muz	Açma, Çay
16 Ekim 2025 Perşembe	Menemen, Kaşar Peynir, Zeytin, Kayısı, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Hasanpaşa Köfte Patates Püre Piyazlı Mevsim Salata	Çorba Nohut Yemeği Pirinç Pilavı Cacık	Kakaolu Kek, Süt
17 Ekim 2025 Cuma	Simit, Krem Peynir, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Tavuk Döner Menü	Karışık Kızartma Makarna Yoğurt Mevsim Salata	Pizza Kraker Limonata
18 Ekim 2025 Cumartesi	Patates Tava, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Bal Süt, Çay	Yeşil Mercimek Çorba Tavuk Haşlama Salata Meyve	Çorba Bezelye Yemeği Dom. Soslu Makarna Üzüm	Peynir Domates Biberli Ekmek Arası Meyve Suyu
19 Ekim 2025 Pazar	Poğaç, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Tarhana Çorba Patates-Köfte Kızartma Salata Ayran	Sosisli Sandviç Menü	Tuzlu Çocuk Limonata
20 Ekim 2025 Pazartesi	Çırpılmış Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Süzme Mercimek Çorba Nohut Yemeği Pirinç/Bulgur Pilavı Turşu	Çorba Kuru Köfte/Patates Kzt. Mevsim Salata Ayran	Sigara Böreği, Meyve Suyu
21 Ekim 2025 Salı	Patatesli Börek, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Reçel Süt, Çay	Gemici Çorba Orman Kebabı Mevsim Salata Pilav	Soğuk Sandviç Menü	Sade Poğaç Çay
22 Ekim 2025 Çarşamba	Simit, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Mantar Çorba Patlıcan Musakka Spagetti Makarna Yeşil Salata	Fırın Kanat Pirinç Pilavı Mevsim Salata Ayran	Çizi Bisküvi Çay
23 Ekim 2025 Perşembe	Sigara Böreği, Beyaz Peynir, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Tarhana/Domates Çorba Patates-Köfte Menü Meyve Suyu	Çorba Tavuk Sote Pirinç Pilavı Salata	Kaşarlı-Y.Biberli Sandviç, Meyve Suyu

24 Ekim 2025 Cuma	Açma, Kaşar Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Pizza Menü	Çorba Orman Kebabı Bulgur Pilavı Yoğurt	Meyveli Kek, Çay
25 Ekim 2025 Cumartesi	Simit, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Süzme Mercimek Çorba Kıymalı Patates Pirinç-Bulgur Pilavı Sütlaç	Kuru Fasulye Bulgur Pirinç Pilavı Yoğurt Kemalpaşa Tatlısı	Patatesli Kol Böreği, Limonata
26 Ekim 2025 Pazar	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Düğün Çorba Etlı Manti(Sos+Yoğurt) Mevsim Salata İrmik Helvası	Hamburger Menü	Simit, Çay
27 Ekim 2025 Pazartesi	Menemen, Beyaz Peynir, Zeytin, Kayısı, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Mercimek çorba Kuru Fasulye Pirinç/Bulgur Pilavı Cacık	Çorba Kabak/Biber Dolma Patatesli Börek Yoğurt	Kaşarlı Sandviç, Meyve Suyu
28 Ekim 2025 Salı	Sosis Kızartma, Krem Peynir, Zeytin, Domates Salatalık, Tereyağı, Reçel,Süt, Çay	Etlı Patates Sebze Kızartma Turşu Tulumba Tatlısı	Ekmek Arası Sucuk Menü	Poğaç Limonata
29 Ekim 2025 Çarşamba	Açma, Kaşar Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Domates Çorba Köri Soslu Tavuk Makarna Meyve Suyu	Çorba Soslu Tavuk Makarna Salata	Islak Kek Çay
30 Ekim 2025 Perşembe	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Ekşili Köfte Fırın Makarna Mevsim Salata Mevsim Meyve	Çorba Taze Fasulye Makarna Yoğurt	Kurabiye Meyve Suyu
31 Ekim 2025 Cuma	Simit, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Mangal Menü	Çorba Nohut-Pilav Üzüm	Açma, Çay

Ersan AKCAALAN
Yemekhane Sorumlusu
Yardımcı Personel Şefi

Hulusi AYDIN
Muhasebe Sorumlusu

Nil ÖZYÜREK
Ortaokul Müdür Yardımcısı

Nuri ÇEVİK
Aşçı