

Beslenme Dostu Okul



TED KARABÜK KOLEJİ
2026-2027 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
EKİM AYI YEMEK LİSTESİ



Tarih	Sabah	Öğle	Akşam	Gece Ara Öğün
01 Ekim 2026 Perşembe	Kaşarlı Tost, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Domates Çorba Patatesli Tavuk Yemeği Pirinç Pilavı Salata	Çorba Kabak Dolma Domates Soslu Makarna Yoğurt	Bisküvili Pasta Limonata
02 Ekim 2026 Cuma	Haşlama Yumurta, Kaşar Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Tarhana Çorba Mangal Köfte/Pat.kzt Garnitür Ayrar	Çorba Nohut Yemeği Pilav Turşu	Kaşarlı Sandviç Çay
03 Ekim 2026 Cumartesi	Peynirli Yufka Gözleme, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Mercimek Çorba Tavuk Şinitzel Pilav Ayrar	Çorba Orman Kebabı Pirinç Pilavı Cacık	Zeytinli Poğaç Çay
04 Ekim 2026 Pazar	Yumurta, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Mercimek Çorba Barbunya Yemeği Bulgur Pilavı Cacık	Çorba Ekmek Arası Köfte Menü	Patso Ayrar
05 Ekim 2026 Pazartesi	Menemen, Kaşar Peynir, Zeytin, Tereyağı, Reçel Süt, Çay	Havuç Çorba Etli Mantı (Sos Yoğurt) Turşu Tulumba Tatlısı	Çorba Fırın Tavuk Pilav Meyve	Fındıklı Kek, Süt
06 Ekim 2026 Salı	Pişi, Beyaz Peynir, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Kayısı, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Karışık Kızartma Napolitan Soslu Makarna Yoğurt	Çorba Yumurtalı Ispanak Spagetti Makarna Muhallebi	Kurabiye Süt
07 Ekim 2026 Çarşamba	Kaşarlı Tost, Zeytin, Tereyağı, Bal, Ceviz, Süt, Çay	Mercimek Çorba Arnavut Tavuk Pirinç Pilav Ayrar	İzmir Köfte Pirinç Pilavı Mevsim Salata Cacık	Zeytinli Poğaç Çay
08 Ekim 2026 Perşembe	Simit, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Şehriye Çorba Sebzeli Türlü Bolonez Soslu Makarna Yoğurt	Çorba Musakka Pirinç Pilavı Cacık	Islak Kek Çay
09 Ekim 2026 Cuma	Haşlama Yumurta, Kaşar Peyniri Söğüş Domates- Salatalık, Tereyağı, Reçel Süt, Çay	Et Döner – Fırında Patates Pirinç Pilavı Yeşil Salata Ayrar	Körili Tavuk Penne Makarna Salata Ayrar	Fındıklı Kurabiye Süt
10 Ekim 2026 Cumartesi	Patates Kızartma, Beyaz Peynir, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Şehriye Çorba Hamburger/Pat.kzt Turşu-Marul Ayrar	Çorba Patates Yemeği Pirinç pilavı Mevsim Salata	Kaşarlı-Biberli Sandviç, Meyve Suyu

11 Ekim 2026 Pazar	Simit, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Et Sote Pirinç Pilavı Salata Ayrar	Tarhana Çorba Karışık Kızartma Salçalı Makarna Yoğurt	Kurabiye Süt
12 Ekim 2026 Pazartesi	Patatesli Yumurta, Krem Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Mercimek Çorba Kuru Fasulye Pirinç Pilavı Cacık	Çorba Misket Köfte Şehriye Pilavı Salata	Kalem Böreği
13 Ekim 2026 Salı	Sigara Böreği, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Domates Çorba Biber Dolması Spagetti Makarna Yoğurt	Tavuk Pirzola Pirinç Pilavı Yoğurt Mevsim Salata	Kaşarlı Sandviç, Limonata
14 Ekim 2026 Çarşamba	Haşlama Yumurta, Kaşar Peynir, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Mercimek Çorba Pürelı Kebap Çoban Salata Ayrar Revani	Çorba Bezelye Yemeği Makarna Yoğurt	Açma, Çay
15 Ekim 2026 Perşembe	Menemen, Kaşar Peynir, Zeytin, Kayısı, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Fırın Baget/Pat.kzt Pirinç Pilav Mevsim Salata Ayrar	Patates Oturtma Makarna Mevsim Salata Ayrar	Kakaolu Kek, Süt
16 Ekim 2026 Cuma	Simit, Krem Peynir, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Ezogelin Çorba Pideli Köfte Mevsim Salata Ayrar	Çorba Nohut Yemeği Pirinç Pilavı Cacık	Milföy Böreği Limonata
17 Ekim 2026 Cumartesi	Patates Tava, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Tereyağı, Bal Süt, Çay	Domates Çorba Ekmek Arası Nugget Garnitür Ayrar	Çorba Kuru Köfte/Patates Kzt. Salata Ayrar	Kaşarlı Domates Biberli Ekmek Arası Çay
18 Ekim 2026 Pazar	Poğaç, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Mercimek Çorba Bezelye Yemeği Bulgur Pilavı Salata	Tavuk Ekmek Menü	Kek Süt
19 Ekim 2026 Pazartesi	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Şehriye Çorba Etli Mantı (Sos Yoğurt) Salata Meyve	Çorba Misket Köfte Bulgur Pilavı Ayrar	Kalem Böreği, Çay
20 Ekim 2026 Salı	Patatesli Börek, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Tereyağı, Reçel Süt, Çay	Mercimek Çorba Nohut Yemeği Pirinç Pilavı Kemalpaşa Tatlısı	Çorba Karışık Kızartma/Sos Salçalı Makarna Salata	Sade Poğaç Ayrar
21 Ekim 2026 Çarşamba	Simit, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Yayla Çorba Patates Oturtma Spagetti Makarna Meyve	Çorba Fırında Tavuk (Pat.Kzt) Mevsim Salata Limonata	Kurabiye Çay
22 Ekim 2026 Perşembe	Sigara Böreği, Beyaz Peynir, Zeytin, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Sebze Çorba Kuru Köfte/Pat.Kzt Pirinç Pilavı Yoğurt	Çorba Kabak Yemeği Salçalı Spagetti Yoğurt	Kaşarlı-Biberli Sandviç, Çay

23 Ekim 2026 Cuma	Açma, Kaşar Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Şehriye Çorba Pizza /Patates Kızartması Salata Ayrar	Çorba Tavuk Sote Makarna Kayısı Komposto	Meyveli Kek, Çay
24 Ekim 2026 Cumartesi	Simit, Krem Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Tavuk Şnitzel/Fırın Elma Dilim Patates Domates Soslu Makarna Salata Ayrar	Çorba Barbunya Yemeği Bulgur Pilavı Yoğurt	Patatesli Kol Böreği, Limonata
25 Ekim 2026 Pazar	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates Salatalık, Zeytin, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Sütlü Keşkek Çorba Etli Patates Pirinç pilavı Salata	Ekmek Arası Köfte Menü	Simit, Çay
26 Ekim 2026 Pazartesi	Menemen, Beyaz Peynir, Zeytin, Kayısı, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Mercimek çorba Kuru Fasulye Pirinç Pilavı Cacık	Çorba Şakşuka Spagetti Makarna Yoğurt	Kaşarlı Sandviç, Ayrar
27 Ekim 2026 Salı	Fırın Patates, Krem Peynir, Zeytin, Domates Salatalık, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Şehriye Çorba Fırın Köfte Mevsim Salata Meyve	Çorba Biber Dolma Patatesli Börek Yoğurt	Poğaç Limonata
28 Ekim 2026 Çarşamba	Açma, Kaşar Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Domates Çorba Köri Soslu Tavuk Penne Makarna Ayrar	Çorba Mantı/Yoğurt Salata Kadayıf Tatlısı	Islak Kek Süt
29 Ekim 2026 Perşembe	Haşlama Yumurta, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Reçel, Süt, Çay	Mercimek Çorba Bezelye Yemeği Fırın Makarna Sütlü	Çorba Orman Kebabı Bulgur Pilavı Ayrar	Kurabiye Çay
30 Ekim 2026 Cuma	Simit, Beyaz Peynir, Söğüş Domates-Salatalık, Kakaolu Fındık Kreması, Süt, Çay	Şehriye Çorba Et Döner / Fırın Patates Pirinç Pilavı Ayrar	Çorba Çıtır Tavuk(Pilav) Salata Ayrar	Açma, Çay
31 Ekim 2026 Cumartesi	Patates Tava, Beyaz Peynir, Söğüş Domates- Salatalık, Zeytin, Tereyağı, Bal, Süt, Çay	Şehriye Çorba Etli Mantı (Sos Yoğurt) Salata Trileçe	Çorba Patlıcan Musakka Pirinç Pilavı Cacık	Patatesli Börek Ayrar