Beslenme Dostu Okul

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

TEMİZ OKUL, SAĞLIKLI OKUL

Tarih	Sabah	Öğle	İkindi Kahvaltısı
02 Kasım 2026 Pazartesi	Reçelli Ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, BurguPeynir (Yeşil-Siyah), Helva	Ezogelin Çorba Etli Mantı (Sos/Yoğurt) Kış Salatası Meyve	Meyve, Kuruyemiş
03 Kasım 2026 Salı	Peynirli Omlet, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Mercimek Çorba Ispanak Yemeği Sade Makarna Şekerpare Tatlısı	Pofuduk Poğaça, Ayran
04 Kasım 2026 Çarşamba	Haşlanmış yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Adana Köfte / Patates Kızartması Pirinç Pilavı Mevsim Salata Ayran	Islak kek, Süt
05 Kasım 2026 Perşembe	Fırın Patates, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Tavuk Suyu Çorba Kuru Fasulye Pirinç Pilavı Haydari	Bisküvili yaş pasta Ev Yapımı Limonata
06 Kasım 2026 Cuma	Pankek- Bal, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Tarhana Çorba Tavuk Tantuni Menü	Meyve, Kuruyemiş
HAFTA SONU TATİLİ			
09 Kasım 2026 Pazartesi	Kaşarlı Omlet, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, BurguPeynir (Yeşil-Siyah), Helva	Mercimek Çorba Nohut Yemeği Peynirli Makarna Haşhaşlı Revani	Anne keki, Ihlamur
10 Kasım 2026 Salı	Simit-krem peynir, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Anne Köftesi Pirinç Pilavı Yeşil Salata Ayran	Meyve, Kuruyemiş

11 Kasım 2026 Çarşamba	Patatesli omlet, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Mercimek Çorba Kabak Sandal Domt. Soslu Makarna Yoğurt	Sandaviç, Ayran
12 Kasım 2026 Perşembe	Yumurtalı ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Çıtır Tavuk/Fırın Pat. Pirinç Pilavı Garnitür Ayran	Starbucks kurabiye,Çilekli Bitki çayı
13 Kasım 2026 Cuma	Gözleme, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Tarhana Çorba Mangal Menü	Meyve, Kuruyemiş
1.ARA TATİL			
23 Kasım 2026 Pazartesi	Ballı Ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, BurguPeynir (Yeşil-Siyah), Helva	Tarhana Çorba Etli Mantı (Sos/Yoğurt) Salata Meyve	Mozaik pasta, Ev Yapımı Limonata
24 Kasım 2026 Salı	Haşlanmış yumurta, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Mercimek Çorba Çoban Kavurma Pirinç Pilavı Tulumba Tatlısı Ayran	Peynirli börek, Süt
25 Kasım 2026 Çarşamba	Simit- Krem Peynir, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Ezogelin Çorba Fırın Tavuk/Pat.kzt Pirinç Pilavı Ayran	Meyve, Kuruyemiş
26 Kasım 2026 Perşembe	Peynirli Omlet, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Mercimek Çorba Pırasa Yemeği Sade Makarna Şekerpare	Un kurabiyesi, Ihlamur
27 Kasım 2026 Cuma	Tost, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, Burgu), Zeytin (Yeşil-Siyah), Helva	Sebze Çorbası Hamburger Menü Garnitür Ayran	Meyve, Kuruyemiş
HAFTA SONU TATİLİ			
30 Kasım 2026 Pazartesi	Tahin-pekmezli Ekmek, Süt, Ceviz, Badem, Fındık, Peynir (Beyaz-Kaşar, BurguPeynir (Yeşil-Siyah), Helva	Ezogelin Çorba Kuru Fasulye Pirinç Pilavı Cacık	Anne keki, Süt