

	5 Ocak 2026 Pazartesi	6 Ocak 2026 Salı	7 Ocak 2026 Çarşamba	8 Ocak 2026 Perşembe	9 Ocak 2026 Cuma
2.HAFTA	MERCİMEK ÇORBA 79kcal	YAYLA ÇORBA 134kcal	KÖYLÜM ÇORBA 126kcal	SARAY ÇORBA 193kcal	EZOĞELİN ÇORBA 86kcal
	İZMİR KÖFTE 387kcal	ETLİ NOHUT 250kcal	FIRIN BAGEET 493kcal	KIŞ TÜRLÜSÜ 372kcal	KARIŞIK IZGARA 428kcal
	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI 198kcal	ŞEHR. PİRİNÇ PİLAVI 269kcal	PESTO SOSLU MAKARNA 277kcal	TEREYAĞLI PİRİNÇ PİLAVI 269kcal	MEYHANE PİLAVI 211kcal
	MEVSİM SALATA 37kcal	TURŞU 33kcal	MEYVE 60kcal	ÇİKOLATALI PUDİNG 114kcal	AYRAN 85kcal
	Toplam: 701kcal	Toplam: 686kcal	Toplam: 902kcal	Toplam: 948kcal	Toplam: 620kcal
3.HAFTA	12 Ocak 2026 Pazartesi	13 Ocak 2026 Salı	14 Ocak 2026 Çarşamba	15 Ocak 2026 Perşembe	16 Ocak 2026 Cuma
	YOĞURT ÇORBA 92kcal	ANADOLU ÇORBA 144kcal	EZOĞELİN ÇORBA 86kcal	DOMATES ÇORBA 95kcal	TAVUKSUYU ÇORBA 98kcal
	TAZE FASULYE 223kcal	TERBİYELİ KÖFTE 300kcal	KURU DOLMA 414kcal	TAVUK HAŞLAMA 458kcal	PATATES MUSAKKA 261kcal
	ŞEHR. PİRİNÇ PİLAVI 269kcal	NAPOLİTEN SOSLU SPAGETTİ 242kcal	PATATES GRATEN 178kcal	SAFRANLI PİRİNÇ PİLAVI 296kcal	ŞEHR. BULGUR PİLAVI 192kcal
	KALBURABASTI 185kcal	MEYVE 60kcal	KABAK TATLISI 163kcal	KIŞ SALATA 37kcal	AYRAN 85kcal
Toplam: 644kcal	Toplam: 771kcal	Toplam: 841kcal	Toplam: 886kcal	Toplam: 636kcal	
4.HAFTA	19 Ocak 2026 Pazartesi	20 Ocak 2026 Salı	21 Ocak 2026 Çarşamba	22 Ocak 2026 Perşembe	23 Ocak 2026 Cuma
	TOYGA ÇORBA 126kcal	TARHANA ÇORBA 64kcal	MERCİMEK ÇORBA 79kcal	ŞEHRİYE ÇORBA 95kcal	DÜĞÜN ÇORBA 129kcal
	ISPANAK YAT. IZGARA TAVUK 430kcal	ORMAN KEBABI 432kcal	KURU FASULYE 250kcal	DALYAN KÖFTE 416kcal	KARNİYARIK 363kcal
	DOMATES SOSLU MAKARNA 267kcal	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI 225kcal	ŞEHR.PİRİNÇ PİLAVI 269kcal	KÖRİ SOSLU MAKARNA 267kcal	TEREYAĞLI PİRİNÇ PİLAVI 269kcal
	MEYVE 60kcal	MEVSİM SALATA 37kcal	TURŞU 33kcal	ETİMEK TATLISI 177kcal	YOĞURT 78kcal
Toplam: 893kcal	Toplam: 758kcal	Toplam: 631kcal	Toplam: 955kcal	Toplam: 839kcal	
5. HAFTA	26 Ocak 2026 Pazartesi	27 Ocak 2026 Salı	28 Ocak 2026 Çarşamba	29 Ocak 2026 Perşembe	30 Ocak 2026 Cuma
	EZOĞELİN ÇORBA 86kcal	YÜZÜK ÇORBA 84kcal	YUVALAMA ÇORBA 177kcal	SEBZE ÇORBA 129kcal	YAYLA ÇORBA 134kcal
	SALÇALI KÖFTE 402kcal	TAVUKLU PAPAZ YAHNİ 392kcal	ETLİ BEZELYE 213kcal	PİLİÇ TOPKAPI 522kcal	PATLICAN KEBABI 483kcal
	YILDIZ ŞEH.PİRİNÇ PİLAVI 269kcal	SEBZELİ MAKARNA 210kcal	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI 198kcal	BARBUNYA PİLAKİ 233kcal	GARNİTÜRLÜ PİRİNÇ PİLAVI 297kcal
	KIŞ SALATA 37kcal	PEMBE SULTAN 62kcal	MEYVE 60kcal	AYRAN 85kcal	ŞEKERPAZE 185kcal
Toplam: 794kcal	Toplam: 748kcal	Toplam: 648kcal	Toplam: 969kcal	Toplam: 1099kcal	