

## MART - 2020

<u>2.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>3.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>4.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>5.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>6.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>7.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>
Ezogelin Çorbası	57	Yayla Çorbası	51	Süzme Merc. Ç.	57	Kaşarlı Domates Ç.	40	Tavuksuyu Çorbası	89	Ezogelin Çorbası	57
Gemici Kuru Fasulye	105	Fırın Köfte	211	Ispanak	107	Tavuk Kavurma	192	Patates Musakka	215	Çiftlik Kebabı	177
Sade Pilav	330	Şehriyeli Pilav	342	Kıymalı Makarna	357	Sebzeli Pilav	350	Bulgur Pilavı	257	Sade Pilav	330
Turşu	37	Muhallebi	186	Yoğurt	61	Salata	146	Cacık	57	Meyve	55
	529		790		582		728		618		619

<u>9.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>10.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>11.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>12.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>13.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>14.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>
Naneli Yoğurt Ç.	30	Kremalı Sebze Ç.	42	Süzme Merc. Ç.	57	Mantar Çorbası	39	Ezogelin Çorbası	57	Naneli Yoğurt Ç.	30
Etli Nohut	240	Salçalı Tavuk	254	Pırasa	175	Sebzeli Köfte	215	Nugget	210	Etli Patates	215
Sade Pilav	330	Sebzeli Pilav	350	Soslu Spagetti	357	Bulgur Pilavı	257	Kıymalı Makarna	357	Sade Pilav	330
Turşu	37	Salata	146	Revani	251	Meyve	55	Meşrubat	61	Ayran	40
	637		792		840		566		685		615

<u>16.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>17.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>18.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>19.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>20.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>21.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>
Kremalı Sebze Ç.	42	Kremalı Tavuk Ç.	89	Domates Çorbası	40	Şehriye Çorbası	87	Süzme Merc. Ç.	57	Mantar Çorbası	39
Tavuk Şiş	154	Taze Fasulye	142	İzmir Köfte	207	Etli Bezelye	161	Hamburger	145	Karışık Dolma	185
Nohutlu Pilav	335	Bulgur Pilavı	257	Dereotlu Pilav	335	Sade Pilav	330	Fırın Patates	79	Soslu Makarna	357
Ayran	40	Komposto	178	Salata	146	Cacık	57	Ayran	40	Yoğurt	61
	571		666		728		635		321		642

<u>23.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>24.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>25.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>26.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>27.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>28.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>
Naneli Yoğurt Ç.	30	Ezogelin Çorbası	57	Köylüm Çorbası	91	Süzme Merc. Ç.	57	Domates Çorbası	40	Ezogelin Çorbası	57
Köri Soslu Tavuk	192	Etli Kuru Fasulye	115	Kadınbudu Köfte	252	Kış Türüsü	125	Et Döner	187	Patlıcan Musakka	145
İçli Pilav	335	Şehriyeli Pilav	342	Gül Böreği	235	Soslu Makarna	357	Sade Pilav	330	Sade Pilav	330
Ayran	40	Turşu	37	Meşrubat	57	Kemalpaşa	275	Ayran	40	Cacık	57
	597		551		635		814		597		589

<u>30.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>	<u>31.03.2020</u>	<u>Kalori (cal)</u>
Süzme Merc. Ç.	57	Mantar Çorbası	39
Barbunya	127	Fırın Tavuk	225
Şehriyeli Pilav	342	İçli Pilav	335
Turşu	37	Ayran	40
	563		639

