

TED AFYON KOLEJİ OCAK 2020 YEMEK LİSTESİ

TARİH	KAHVALTI	ENERJİ (kcal)	ÖĞLE	ENERJİ (kcal)	ARA ÖĞÜN	ENERJİ (kcal)
PAZARTESİ 30.12.2019	SİMİT HAŞLANMIŞ YUMURTA KAŞAR PEYNİR TEREYAĞI-BAL YEŞİL ZEYTİN SÖĞÜŞ SÜT	550	SEBZE ÇORBA ETLİ KURU FASULYE ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI SUPANGLE(üzerinde çilek dilimi) SALATABAR(Yoğurt, SALATALIK Turşusu)	1000	KARIŞIK MEYVE TABAĞI	200
SALI 31.12.2019	SADE OMLET BURGU PEYNİR TEREYAĞI-TAHİN, PEKMEZ SİYAH ZEYTİN SÖĞÜŞ KUŞBURNU ÇAYI	550	HAVUÇ EZMELİ BUĞDAY ÇORBA İZMİR KÖFTE PORTAKAL SALATABAR(Brokoli Salatası, Acuka)	900	HAVUÇLU TARÇINLI KEK MEYVE ÇAYI	350
ÇARŞAMBA 01.12.2019	HOŞGELDİN 2020					
PERŞEMBE 02.01.2020	BALLI MUZLU KREP SARMA HAŞLANMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR TEREYAĞI-REÇEL SÖĞÜŞ KARIŞIK ZEYTİN IHLAMUR ÇAYI	700	SAÇAKLI ÇORBA ÇÖKERTME KEBABI ÇİLEKLİ YAŞ PASTA SALATABAR(Mevsim Salata, Yoğurt)	1050	MUZ SÜT	250
CUMA 03.01.2020	MENEMEN ÜÇGEN PEYNİR TEREYAĞI-BAL BİBERLİ ZEYTİN SÖĞÜŞ SÜT	550	EZOĞELİN ÇORBA BARBEKÜ SOS İLE TAVUK FAJITA KOMPOSTO MIX SALATABAR(Patates Salatası)	1100	KARIŞIK MEYVE TABAĞI	200

TED AFYON KOLEJİ OCAK 2020 YEMEK LİSTESİ

TARİH	KAHVALTI	ENERJİ (kcal)	ÖĞLE	ENERJİ (kcal)	ARA ÖĞÜN	ENERJİ (kcal)
PAZARTESİ 06.01.2020	KAŞARLI OMLET BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN TEREYAĞI-TAHİN, PEKMEZ SÖĞÜŞ MEYVE ÇAYI	650	TEL ŞEHRİYE ÇORBA PİDELİ ET İSKENDER MUZ SALATABAR(Dilim Zeytinli Havuç Salata)	1050	FINDIK PARÇACIKLI MUFFİN KEK SÜT	450
SALI 07.01.2020	HAŞLANMIŞ YUMURTA TOPIK PEYNİR BİBERLİ YEŞİL ZEYTİN TEREYAĞI-BAL SÖĞÜŞ SÜT	450	YAYLA ÇORBA KADINBUDU KÖFTE(Patates Püresi) MUHALLEBİ(Üzerinde Damla Çikolata Ve Tarçın) SALATABAR(Mevsim Salata)	1200	KARIŞIK MEYVE TABAĞI	200
ÇARŞAMBA 08.01.2020	ÇİKOLATALI PANKEK HAŞLANMIŞ YUMURTA ÜÇGEN PEYNİR TEREYAĞI-REÇEL SÖĞÜŞ SİYAH ZEYTİN IHLAMUR	750	YALANCI İŞKEMBE ÇORBA ETLİ TÜRLÜ YEMEĞİ ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI PORTAKAL SALATABAR(Havuç Tarator)	1000	MUZ SÜT	250
PERŞEMBE 09.01.2020	PEYNİRLİ GÖZLEME HAŞLANMIŞ YUMURTA TEREYAĞI-TAHİN, PEKMEZ KARIŞIK ZEYTİN SÖĞÜŞ KUŞBURNU ÇAYI	650	SALÇALI MERCİMEK ÇORBA FIRINDA TAVUK İNCİK(sebze grn.) KOMPOSTO MIX SALATABAR(Kuskus Salatası)	1100	MERCİMEK KÖFTE AYRAN	450

TED AFYON KOLEJİ OCAK 2020 YEMEK LİSTESİ

CUMA 10.01.2020	SAHANDA YUMURTA KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN TEREYAĞI-BAL SÖĞÜŞ SÜT	550	NOHUT YAHNİ SALÇALI BULGUR PİLAVI TRİLEÇE SALATABAR(Salatalık turşusu, Cacık)	900	KAŞARLI TOST MEYVE ÇAYI	300
TARİH	KAHVALTI	ENERJİ (kcal)	ÖĞLE	ENERJİ (kcal)	ARA ÖĞÜN	ENERJİ (kcal)
PAZARTESİ 13.01.2020	ZEYTİNLİ AÇMA KAŞAR PEYNİR HAŞLANMIŞ YUMURTA TEREYAĞI-REÇEL SÖĞÜŞ IHLAMUR ÇAYI	500	EZOĞELİN ÇORBA MANTARLI ET SOTE YERLİ MUZ SALATABAR(Cherry Domatesli Mevsim Salata, Ayrarı)	900	BROWNIE SÜT	450
SALI 14.01.2020	TAHİN PEKMEZLİ EKMEK DİLİMLERİ BEYAZ PEYNİR HAŞLANMIŞ YUMURTA KARIŞIK ZEYTİN SÖĞÜŞ SÜT	650	NANELİ MERCİMEK ÇORBA FISH-CHIPS-HARDALLI BONFRIT İRMİK HELVASI SALATABAR(Rokalı Kış Salata)	1150	KARIŞIK MEYVE TABAĞI	200
ÇARŞAMBA 15.01.2020	HAŞLANMIŞ YUMURTA BURGU PEYNİR SİYAH ZEYTİN TEREYAĞI-BAL SÖĞÜŞ ELMA ÇAYI	500	DÜĞÜNÇORBA TAVUK TANTUNİ DÜRÜM PORTAKAL SALATABAR(Mevsim Salata, Ayrarı)	950	TUZLU MİNİ KURABİYE KUŞBURNU ÇAYI	350

TED AFYON KOLEJİ OCAK 2020 YEMEK LİSTESİ

PERŞEMBE 16.01.2020	YUMURTALI KAŞARLI FIRIN KANEPE ÜÇGEN PEYNİR TEREYAĞI-REÇEL BİBERLİ YEŞİL ZEYTİN SÖĞÜŞ MEYVE ÇAYI	670	EKŞİLİ KÖFTE FIRIN MAKARNA PROFİTEROL SALATABAR(Mevsim Salata)	1000	ELMA-KURU KAYISI CEVİZ	300
CUMA 17.01.2020	HAŞLANMIŞ YUMURTA BEYAZ PEYNİR TEREYAĞI-BAL KARIŞIK ZEYTİN SÖĞÜŞ SÜT	450	PIZZA MENÜ	1100	KARIŞIK MEYVE TABAĞI	200