

KAHVALTI

ÖĞLE YEMEĞİ

SALATA* BAR

İKİNDİ BESLENMESİ

1 MART
ÇARŞAMBA

Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Tavuksuyu Çorba
Etli Kuru Fasulye
Arpa Şehriyeli Pirinç
Pilavı
Dereotlu Cacık
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Karışık Kızartma
Z.Y. Brokoli, Sebze Salata
Krem Soslu Tavuk Salata
Beyaz Lahana Salatası
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata, Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Havuçlu Kek
Meyve

2 MART
PERŞEMBE

Dil Peyniri
Çırpılmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Reçel
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Kaşarlı Domates
Çorba
Piliç Şinitzel
(El Yapımı)
Spagetti Makarna
Bardak Ayrın
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Pırasa
Z.Y.Brüksel Lahana
Kolslov Salata
Mercimek Köfte
Amerikan Salata
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata, Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Meyveli Yoğurt

3 MART
CUMA

Pankek
Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht), Çay

Ezogelin Çorba
Karnabahar Graten
Peynirli Su Böreği
Vişne Komposto
10 Çeşit Salata*

Z.Y. Kabak Mücver
Z.Y. Mantar Pilaki
Renkli Makarna Salatası
Antep Ezmesi, Kısır
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

-

KAHVATI

ÖĞLE YEMEĞİ

SALATA* BAR

İKİNDİ BESLENMESİ



Labne, Karper
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Domates Çorba
Kıymalı Manti
Z.Y. Barbunya Pilaki
Mevsim Meyve
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Şakşuka
Z.Y.Karışık Dolma
Sebze Tarator, Çiğ Köfte
Şehriye Salata
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Kakaolu Çatlak
Kurabiye
Meyve

Kaşar Peynir
Omlet
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Reçel
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Ezogelin Çorba
Hamburger Köfte
& Patates
Biskivili Cup
Bardak Ayran
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Çalı Fasulye
Z.Y.Karışık Kızartma
Patates Salata
Sebze Sote, Acılı Ezme
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Baton Sele
Meyve

Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Tavuksuyu Çorba
Etlı Nohut
Bulgur Pilavı
Dereotlu Cacık
10 Çeşit Salata*

Z.Y. Kereviz
Z.Y. Mücver
Bahçe Salata
Makarna Salatası
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Kuruyemiş
Meyve

Dil Peyniri
Çırpılmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Reçel
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Mercimek Çorba
Et Döner & Patates
Arpa Şehriyeli Pirinç
Pilavı
Bardak Ayran
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Bamya
Z.Y. Pendik plaki
Sebze Salata
Amerikan Salata
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Portakallı Kek
Meyve

Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Düğün Çorba
Kıymalı Ispanak
Talaş Böreği
Kayısı Komposto
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Mantar Pilaki
Z.Y.Bombay Fasulye
Renkli Makarna Salatası
Antep Ezmesi, Kısır
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

-

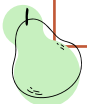
6 MART
PAZARTESİ

7 MART
SALI

8 MART
ÇARŞAMBA

9 MART
PERŞEMBE

10 MART
CUMA



KAHVALTI

ÖĞLE YEMEĞİ

SALATA* BAR

İKİNDİ BESLENMESİ

13 MART
PAZARTESİ

Labne, Karper
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Tel Şehriye Çorba
Rosto Köfte & Püre
Soslu Makarna
Mevsim Meyve
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Biber Dolma
Z.Y. Kereviz
Kabak Tarator
Acılı Ezme
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Elmalı Tart
Meyve

14 MART
SALI

Kaşar Peynir
Omlet
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Reçel
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Mercimek Çorba
Piliç Kentaki
Patates Fırın
Bardak Ayran
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Karışık Kızartma
Z.Y.Pırasa
Sebze Sote
Kabak Tarator
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Ayçekirdekli
Kurabiye
Meyve

15 MART
ÇARŞAMBA

Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Düğün Çorba
Kıymalı Mercimek Yahni
Pirinç Pilavı
Profiterol
10 Çeşit Salata*

Z.Y. Lahana Sarma
Z.Y. Pazı Sote
Çiğ köfte
Rus Salata
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Muffin Cocostar
Kek
Meyve

16 MART
PERŞEMBE

Dil Peyniri
Çırpılmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Reçel
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Domates Çorba
Dana Burginyon
Bulgur Pilavı
Sütlü İrmik Tatlısı
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Şakşuka, Z.Y.Brokoli
Patates Salata
Yoğ.Falafel
Buğday Salata,Roka
Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata, Havuç
Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Meyveli Yoğurt

17 MART
CUMA

Pankek, Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Ezogelin Çorba
Etlı Bezelye
İstanbul Pilavı
Çikolatalı Puding
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Bamya
Z.Y. Kabak Mücver
Amerikan Salata
Kısır
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

-

KAHVATI

ÖĞLE YEMEĞİ

SALATA* BAR

İKİNDİ BESLENMESİ

20 MART
PAZARTESİ

Labne, Karper
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Mercimek Çorba
İzmir Köfte
Soslu Spagetti
Mevsim Meyve
10 Çeşit Salata*

Z.Y. Yer Elması
Z.Y. Biber Dolma
Sebze Tarator, Kısır
Şehriye Salata
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Tuzlu Kurabiye
Meyve



21 MART
SALI

Kaşar Peynir
Omlet
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Reçel
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Taze Naneli Yoğurt
Çorba
Macar Kebabı
Pirinç Pilavı
Kahveli Muhallebi
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Çalı Fasulye
Z.Y.Karışık Kızartma
Patates Salata
Mantı Makarna
Acılı Ezme
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Mozaik Pasta
Meyve

22 MART
ÇARŞAMBA

Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Tavuksuyu Çorba
Etlili Kuru Fasulye
Pirinç Pilavı
Dereotlu Cacık
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Bamya
Z.Y. Mantar Kavurma
Sebze Salata
Amerikan Salata
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Kuruyemiş
Meyve

23 MART
PERŞEMBE

Dil Peyniri
Çırpılmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Reçel
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Ezogelin Çorba
Izgara Tavuk
Arpa Şehriye Pilavı
Bardak Ayran
10 Çeşit Salata*

Z.Y. Şakşuka
Z.Y. Brüksel Lahana
Bahçe Salata
Patlıcan Salata
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Islak Kek
Meyve

24 MART
CUMA

Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Tel Şehriye Çorba
Kıymalı Mengen
Musakka
Safranlı Bulgur Pilavı
Peynir Tatlısı
10 Çeşit Salata*

Z.Y. Karnabahar Tava
Z.Y.Kuru Börülce
Renkli Makarna Salatası
Antep Ezmesi, Kısır
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

-



KAHVATI

ÖĞLE YEMEĞİ

SALATA* BAR

İKİNDİ BESLENMESİ

27 MART
PAZARTESİ

Labne, Karper
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Domates Çorba
Kıymalı Manti
Z.Y. Barbunya Pilaki
Mevsim Meyve
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Şakşuka
Z.Y.Yaprak Sarma
Sebze Tarator, Çiğ Köfte
Şehriye Salata
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Damla Çikolatalı
Kurabiye
Meyve

28 MART
SALI

Kaşar Peynir
Omlet
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Reçel
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Ezogelin Çorba
Izgara Köfte & Patates
Bulgur Pilavı
Bardak Ayran
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Çalı Fasulye
Z.Y.Karışık Kızartma
Patates Salata
Sebze Sote
Acılı Ezme
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Elmalı Pay
Meyve

29 MART
ÇARŞAMBA

Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Tavuksuyu Çorba
Etli Nohut
Pirinç Pilavı
Dereotlu Cacık
10 Çeşit Salata*

Z.Y. Sultan Reşat
Z.Y. Brokoli
Sezar Salata
Antep Ezmesi
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Tuzlu Burgu
Kurabiye
Meyve

30 MART
PERŞEMBE

Dil Peyniri
Çırpılmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Reçel
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Mercimek Çorba
Soya Soslu Tavuk Sote
Arpa Şehriyeli Pirinç
Pilavı
Bardak Ayran
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Bamya
Z.Y. Pendik Pilaki
Sebze Salata
Amerikan Salata
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

Tarçınlı Kek
Meyve

31 MART
CUMA

Pankek, Beyaz Peynir
Haşlanmış Yumurta
Yeşil Zeytin, Siyah Zeytin
Tereyağ, Bal
Domates, Salatalık
Ihlamur, Süt (uht)
Çay

Yayla Çorba
Avcı Kebabı
Peynirli Talaş Böreği
Kayısı Komposto
10 Çeşit Salata*

Z.Y.Patlıcan Söğürme
Z.Y. Taze Börülce
Makarna Salatası
Kısır
Roka Salatası
Akdeniz Yeşilliği Salatası
Göbek Salata
Havuç Salata
Kırmızı Lahana Salata
Söğüş Çeşitleri
Yoğurt

-

Önemli Notlar:

- Öğle yemeklerinde servis edilen ekmekler halk ekmek'ten temin edilmektedir.
- Kahvaltılarda Pınar UHT süt servis edilir.
- Unlu mamullerimiz tam buğday ve çavdar unu çok tahıllı un kullanılarak hazırlanmaktadır.
- Servis edilen hiçbir üründe tatlandırıcı, bulyon gibi katkı maddeleri kullanılmaz.
- İkinci beslenmesinde alternatif olarak meyve servis edilmektedir.
- Kullandığımız ürün markalarına okul [web sayfamızdan](#) ulaşabilirsiniz.
- Okul koridorlarında 10.00-14.30 Saatleri arasında sürekli mevsim meyveleri açık büfe olarak servis edilmektedir.
- Anaokul 3, 4, 5, 6 yaş öğrencilerimize sabah kahvaltılarında ve beslenmelerde sadece süt verilmektedir.
- İkinci beslenmesinde hazırlanan ürünlerde rafine şeker kullanılmamaktadır.

"Nitelikli Eğitim Kurumları A.Ş. ("Irmak Okulları") olarak işbu Yemek Menüsü aracılığıyla topladığımız ad ve soyad bilgilerinize ilişkin kişisel verileriniz 6698 sayılı Kişisel Verileri Koruma Kanunu ("KVKK") ve yürürlükte bulunan ilgili mevzuat çerçevesinde; günlük hangi yemeklerin servis edileceğinin bildirilmesi amacıyla sınırlı olarak işlenecek ve yetkili kamu kurum ve kuruluşları ile sınırlı olarak paylaşılacaktır. Paylaşmış olduğunuz kişisel verileriniz KVKK ve ilgili sair mevzuatın öngördüğü süreler saklı kalmak kaydıyla, işleme amacının gerektirdiği süre boyunca saklanacaktır. Kişisel verilerinizin iş sözleşmeniz süresince işlenmesine ilişkin hak ve talepleriniz için web sayfamızda yer alan Kişisel Verilerin Korunması bölümünden Irmak Okulları Çalışan Aydınlatma Metni'ni inceleyiniz."

Aşçı Başı
Selim Varilci

Proje Sorumlusu
Tuncay Özen

Gıda Mühendisi
Bülent Durmuş

Sağlık Birimi
Büşra Bor

Okul Beslenme Komisyonu Başkanı
Metin Yoleri