

ADAPAZARI ÖZEL ENKA OKULLARI KASIM 2025 MENÜSÜ

GÜNLER	KAHALVALTI	KAL.	BESİN GRUBU	KAHALVALTI	KAL.	BESİN GRUBU	ÖĞLE YEMEĞİ	KAL.	BESİN GRUBU	VEJETARYEN MENÜ (Öğle yemeği)	KAL.	BESİN GRUBU
03 Kasım 2025 Pazartesi	Haşlama Yumurta	155	▲	Havuç	40	●	Nohut	180	◆	Nohut	180	◆
	Çilek Reçeli	38	★▲	Siyah Zeytin	70	◆	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Havuç Tarator	93	◆	Havuç Tarator	93	◆
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	Kalburabastı	304	★	Kalburabastı	304	★
							Salata	70	●	Salata	70	●
04 Kasım 2025 Salı	Çıtır Patates	180	●	Havuç	40	●	Sebzeye Çorbası	113	□●	Sebzeye Çorbası	113	□●
	Tahin Pekmez	42	◆★	Siyah Zeytin	70	◆	Rosto Köfte	408	▲●	Pırasa Yemeği	225	●
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Makarna	328	□	Makarna	328	□
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	Meyve	50-100	★	Meyve	50-100	★
							Salata	70	●	Salata	70	●
05 Kasım 2025 Çarşamba	Omlet	170	▲	Havuç	40	●	Bezelye Yemeği	147	●	Bezelye Yemeği	147	●◆
	Vişne Reçeli	38	★▲	Siyah Zeytin	70	◆	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Yoğurtlu Karışık Kızartma	532	◇●	Yoğurtlu Karışık Kızartma	532	◇●
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	Kadayıf Tatlısı	357	★	Kadayıf Tatlısı	357	★
							Salata	70	●	Salata	70	●
06 Kasım 2025 Perşembe	Simit	155	□	Havuç	40	●	Tarhana Çorbası	113	□	Tarhana Çorbası	113	□
	Bal	82	★	Siyah Zeytin	70	◆	Tavuk Şiş	260	▲	Kereviz Yemeği	233	●
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Bulgur Pilavı	260	□	Bulgur Pilavı	260	□
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	Ayrın	70	◇	Ayrın	70	◇
							Salata	70	●	Salata	70	●
07 Kasım 2025 Cuma	Pişi	270	□	Havuç	40	●	Mercimek Çorbası	147	◆	Mercimek Çorbası	147	◆
	Tahin Pekmez	42	◆★	Siyah Zeytin	70	◆	Balık	264	▲	Taze Fasulye	147	●◆
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Elma Dilim Patates	82	□	Elma Dilim Patates	82	□
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	İrmik Helvası	375	□★	İrmik Helvası	375	□★
							Salata	70	●	Salata	70	●
17 Kasım 2025 Pazartesi	Haşlama Yumurta	155	▲	Havuç	40	●	Kuru Fasulye	266	◆	Kuru Fasulye	266	◆
	Çilek Reçeli	38	★▲	Siyah Zeytin	70	◆	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Yoğurtlu Karnabahar	375	◇●	Yoğurtlu Karnabahar	575	◇●
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	Meyve	50-100	★	Meyve	50-100	★
							Salata	70	●	Salata	70	●
18 Kasım 2025 Salı	Çıtır Patates	180	●	Havuç	40	●	Ezo Gelin Çorba	101	◆	Ezo Gelin Çorba	101	◆
	Tahin Pekmez	42	◆★	Siyah Zeytin	70	◆	Çıtır Tavuk	635	▲	Sebzeye Sote	155	□
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Bulgur Pilavı	260	□	Bulgur Pilavı	260	□
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	Ayrın	70	◇	Ayrın	70	◇
							Salata	70	●	Salata	70	●
19 Kasım 2025 Çarşamba	Omlet	170	▲	Havuç	40	●	Düğün Çorbası	173	▲	Sebzeye Çorbası	113	□●
	Vişne Reçeli	38	★▲	Siyah Zeytin	70	◆	Ispanak/Yoğurt	371	◇●	Ispanak/Yoğurt	371	◇●
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Makarna	328	□	Makarna	328	□
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	Fırın Sütlaç	305	◆★	Fırın Sütlaç	305	◆★
							Salata	70	●	Salata	70	●
20 Kasım 2025 Perşembe	Krep	155	□	Havuç	40	●	Tarhana Çorbası	113	□	Tarhana Çorbası	113	□
	Bal	82	★	Siyah Zeytin	70	◆	Hasanpaşa Köfte	547	▲●	Bezelye Yemeği	147	●◆
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Erişte	278	□	Erişte	278	□
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	Meyve	50-100	★	Meyve	50-100	★
							Salata	70	●	Salata	70	●
21 Kasım 2025 Cuma	Yumurtalı Ekmek	270	□▲	Havuç	40	●	Ekmek Arası Et Döner	988	▲□	Taze Fasulye	147	●◆
	Tahin Pekmez	42	◆★	Siyah Zeytin	70	◆	Garnür	70	●	Garnür	70	●
	Beyaz Peynir	42	◇	Yeşil Zeytin	70	◇	Bisküvi Pastası	235	□★	Bisküvi Pastası	235	□★
	Kaşar Peynir	58	◇	Süt	63	◇	Ayrın	70	◇	Ayrın	70	◇
							Salata	70	●	Salata	70	●

[illegible]

MENÜ KOMİSYONU	
KOMİSYON BAŞKANI	Useyyid GÖKÇEN
İDARİ İŞLER SORUMLUSU	Sedat YILDIRIM
İLKOKUL TEMSİLCİSİ	Nurdan KARAKAVAK
ORTAOKUL TEMSİLCİSİ	Yasemin ÖZGÜR
LİSE TEMSİLCİSİ	Gül UZUN
LİSE ÖĞRENCİSİ	Ashı MUTLU
LİSE ÖĞRENCİSİ	Rüzgar Ege SERT
LİSE ÖĞRENCİSİ	
OKUL DOKTORU	Tufan DEMİRAY
OKUL HEMŞİRESİ	Gamze GÜVEN
SOFRA GRUP PROJE MÜDÜRÜ	Ebru ZÜLFİKAR
KULLANILAN MARKALAR	
ET-ET ÜRÜNLERİ: NAMET	
TAVUK-HİNDİ: BANVİT, ŞENPİLİÇ	
SIVI YAĞ: AYMAR, OLİN	
SÜT-SÜT ÜRÜNLERİ: SÜTAŞ, PINAR, EKER,İÇİM	
MAKARNA ÜRÜNLERİ: FİLİZ, PİYALE	
ALERJEN BİLDİRİMİ	
Gluten içeren tahıllar ve bunların ürünleri	
Kabuklular (Crustacea) ve bunların ürünleri	
Yumurta ve yumurta ürünleri	
Süt ve süt. Ürünleri	
Balık ve balık. Ürünleri	
Hardal ve hardal ürünleri	
Yer fıstığı ve yer fıstığı ürünleri	
Soya fasulyesi ve soya fasulyesi ürünleri	
Kereviz ve kereviz ürünleri	
Acı bakla ve acı bakla ürünleri	
Sert kabuklu meyveler ve bunları ürünleri	
Kökört dioksit ve sülfiter	
Yumuşakçalar ve ürünleri	
Susam tohumu ve susam tohumu ürünleri	

