

ADAPAZARI ÖZEL ENKA OKULLARI EKİM 2026 MENÜSÜ

GÜNLER	ÖĞLE YEMEĞİ	KAL.	BESİN GRUBU	VEJETARYEN MENÜ (Öğle yemeği)	KAL.	BESİN GRUBU
01 Ekim 2026 Perşembe	Tavuklu Bezelye	248	▲●	Bezelye Yemeği	147	●◆
	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Yoğurt	81	◇	Yoğurt	81	◇
	Sufle	375	★◆	Sufle	375	★◆
	Salata	70	●	Salata	70	●
2 Ekim 2026 Cuma	Et Döner	988	▲	Müçver	127	●
	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Ayran	70	◇	Ayran	70	◇
	Salata	70	●	Salata	70	●
5 Ekim 2026 Pazartesi	Kuru Fasulye	266	◆	Kuru Fasulye	266	◆
	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Cacık	45	◇●	Cacık	45	◇●
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Salata	70	●	Salata	70	●
6 Ekim 2026 Salı	Çıtır Tavuk	635	▲	Patates Yemeği	145	●
	Domates Soslu Spagetti	288	□	Domates Soslu Spagetti	288	□
	Supangle	258	★◆	Supangle	258	★◆
	Ayran	70	◇	Ayran	70	◇
	Salata	70	●	Salata	70	●
7 Ekim 2026 Çarşamba	Mercimek Çorbası	147	◆	Mercimek Çorbası	147	◆
	Patlıcan Musakka	602	▲●	Patlıcan Yemeği	136	●
	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Yoğurt	81	◇	Yoğurt	81	◇
	Salata	70	●	Salata	70	●
8 Ekim 2026 Perşembe	Ekşili Köfte	328	▲●	Taze Fasulye	147	●◆
	Erişte	278	□	Erişte	278	□
	Karışık Sebze Haşlama	91	●	Karışık Sebze Haşlama	91	●
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Salata	70	●	Salata	70	●
9 Ekim 2026 Cuma	Tarhana Çorbası	113	□	Tarhana Çorbası	113	□
	Elbasan	542	▲●	Patates Yemeği	145	●
	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Kalburabastı	304	★	Kalburabastı	304	★
	Salata	70	●	Salata	70	●
12 Ekim 2026 Pazartesi	Nohut	180	◆	Nohut	180	◆
	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Yoğurtlu Karışık Kızartma	532	◇●	Yoğurtlu Karışık Kızartma	532	◇●
	Peynir Tatlısı	195	◆★	Peynir Tatlısı	195	★
	Salata	70	●	Salata	70	●
13 Ekim 2026 Salı	İzmir Köfte	773	▲●	Karnabahar Yemeği	374	●
	Bulgur Pilavı	260	□	Bulgur Pilavı	260	□
	Yoğurt	81	◇	Yoğurt	81	◇
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Salata	70	●	Salata	70	●
14 Ekim 2026 Çarşamba	Sebze Çorbası	113	□●	Sebze Çorbası	113	□●
	Et Dürüm	429	▲●	Sebze Dürüm	371	□●
	Ayran	70	◇	Ayran	70	◇
	Fırın Sütlaç	305	◇★	Fırın Sütlaç	305	◇★
	Salata	70	●	Salata	70	●

GÜNLER	ÖĞLE YEMEĞİ	KAL.	BESİN GRUBU	VEJETARYEN MENÜ (Öğle yemeği)	KAL.	BESİN GRUBU
15 Ekim 2026 Perşembe	Düğün Çorbası	173	▲	Tarhana Çorbası	113	□
	Ispanak/Yoğurt	371	◇●	Ispanak/Yoğurt	371	◇●
	Patatesli Kalem Böreği	360	□●	Patatesli Kalem Böreği	360	□●
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Salata	70	●	Salata	70	●
16 Ekim 2026 Cuma	Tavuk Şiş	260	▲	Meysim Türlü	248	●
	Tel Şehriyeli Pilav	298	□	Tel Şehriyeli Pilav	298	□
	Ayran	70	◇	Ayran	70	◇
	Kadayıflı Muhallebi	162	◇★	Kadayıflı Muhallebi	162	◇★
	Salata	70	●	Salata	70	●
19 Ekim 2026 Pazartesi	Yeşil Mercimek	224	◆	Yeşil Mercimek	224	◆
	Erişte	278	□	Erişte	278	□
	Havuç Tarator	93	◆/●	Havuç Tarator	93	◆/●
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Salata	70	●	Salata	70	●
20 Ekim 2026 Salı	Şnitzel	575	▲□	Pırasa Yemeği	225	●
	Domates Soslu Spagetti	288	□	Domates Soslu Spagetti	288	□
	Ayran	70	◇	Ayran	70	◇
	Bisküvi Pastası	235	□★	Bisküvi Pastası	235	□★
	Salata	70	●	Salata	70	●
21 Ekim 2026 Çarşamba	Mantar Çorbası	150	□●	Mantar Çorbası	150	□●
	Kabak Dolma /Yoğurt	455	●◆	Kabak Dolma /Yoğurt	455	●◆
	Fırın Makarna	322	□	Fırın Makarna	322	□
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Salata	70	●	Salata	70	●
22 Ekim 2026 Perşembe	Domates Çorbası	132	□●	Domates Çorbası	132	□●
	Misket köfte	410	▲●	Kereviz Yemeği	233	●
	Tel Şehriyeli Bulgur Pilavı	260	□	Tel Şehriyeli Bulgur Pilavı	260	□
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Salata	70	●	Salata	70	●
23 Ekim 2026 Cuma	Mantar Soslu Biftek	697	▲●	Mantar Sote	184	●
	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Ayran	70	◇	Ayran	70	◇
	Pasta	328	□★	Pasta	328	□★
	Salata	70	●	Salata	70	●
26 Ekim 2026 Pazartesi	Kuru Fasulye	266	◆	Kuru Fasulye	266	◆
	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Yoğurtlu Karnabahar	375	◇●	Yoğurtlu Karnabahar	575	◇●
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Salata	70	●	Salata	70	●
27 Ekim 2026 Salı	Tarhana Çorbası	113	□	Tarhana Çorbası	113	□
	Kadınbudu Köfte	496	▲	Kereviz Yemeği	233	●
	Yoğurtlu Mantı Makarna	336	□	Yoğurtlu Mantı Makarna	336	□
	Panna Cotta	258	◇★	Panna Cotta	258	◇★
	Salata	70	●	Salata	70	●
30 Ekim 2026 Cuma	Patates Musakka	307	▲●	Patates Yemeği	145	●
	Pilav	288	□	Pilav	288	□
	Yoğurt	81	◇	Yoğurt	81	◇
	Meyve	50-100	☆	Meyve	50-100	☆
	Salata	70	●	Salata	70	●

ENKA OKULLARI
Okul Akademi Kaliteli Beslenme

MENÜ KOMİSYONU	
KOMİSYON BAŞKANI	Useyyid GÖKÇEN
İDARİ İŞLER SORUMLUSU	Sedat YILDIRIM
İLKOKUL TEMSİLCİSİ	Seyhan ŞENOCAK
ORTAOKUL TEMSİLCİSİ	Yasemin ÖZGÜR
LİSE TEMSİLCİSİ	Umut GÖKÇE
LİSE ÖĞRENCİSİ	
LİSE ÖĞRENCİSİ	
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: SUTAŞ, 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	
Kükürt dioksit ve süflitler	
Yumuşakçalar ve ürünleri	
Susam tohumu ve susam tohumu ürünleri	

Scolarest

