

GAZİANTEP KOLEJ VAKFI ÖZEL OKULLARI

MART AYI YEMEK MENÜSÜ

TARİH	ANA YEMEK		ANA YEMEK		YARDIMCI YEMEK		ÇORBA		ÇORBA		YARDIMCI YEMEK	KALORİ	EKMEK KALORİ (100 GRAM)
2 Mart 2020 Pazartesi	CİZBİZ KÖFTE	210	TANTUNİ	379	MAKARNA	178	DOMATES ÇORBASI	110	SEBZE ÇORBA	110	AYRAN	57	264
3 Mart 2020 Salı	FIRIN PATATES	245	ETLİ BEZELYE	201	MEYHANE PİLAVI	149	MERCİMEK ÇORBA	120	TAVUK SUYU ÇORBASI	150	YOĞURT	60	264
4 Mart 2020 Çarşamba	ORUK KEBABI	275	ALİ NAZİK	407	SEBZELİ PİRİNÇ PİLAVI	354	DÖĞME ÇORBA	170	ŞEHİRİYE ÇORBA	103	MEYVE	150	264
5 Mart 2020 Perşembe	KURU FASULYE	379	PATLICAN MUSAKKA	231	SAFRANLI PİLAV	342	EZOĞELİN ÇORBA	140	ISPANAK ÇORBA	103	TATLI BÜFE	260	264
6 Mart 2020 Cuma	YOĞURTLU KÖFTE	363	KABAK OTURTMA	379	PİRİNÇ PİLAVI	283	SÜZME ÇORBA	120	BROKOLİ ÇORBA	90	MEYVE	150	264
9 Mart 2020 Pazartesi	ELBASAN TAVA	403	TİRİT KEBABI	463	MAKARNA	178	EZOĞELİN ÇORBA	140	KÖYLÜ ÇORBA	130	MEVSİM SALATA	150	264
10 Mart 2020 Salı	PATATES OTURTMA	471	EKŞİLİ KIŞ KABAĞI	320	BULGUR PİLAVI	342	ŞEHİRİYE ÇORBA	103	MERCİMEK ÇORBA	120	YOĞURT	60	264
11 Mart 2020 Çarşamba	KÖYLÜ USULÜ PİLİÇ BİFTEK	324	TAS KEBABI	213	PİRİNÇ PİLAVI	283	YAYLA ÇORBA	118	KIŞ ÇORBASI	140	MEYVE	150	264
12 Mart 2020 Perşembe	KARIŞIK MUSAKKA	210	Z.YAĞLI BARBUNYA	356	MAKARNA BÜFESİ	178	EZOĞELİN ÇORBA	140	TAVUK SUYU ÇORBASI	150	MEVSİM SALATA	150	264
13 Mart 2020 Cuma	KIŞ DOLMA	273	EKŞİLİ KÖFTE	307	BÖREK	389	SÜZME ÇORBA	120	KREMALI MANTAR ÇORBA	231	YOĞURT	60	264
16 Mart 2020 Pazartesi	İSKENDER	755	ET DÖNER	473	PİRİNÇ PİLAVI	283	MAHLUTA ÇORBA	110	KAFKAS ÇORBA	180	YOĞURT	60	264
17 Mart 2020 Salı	KIYMALI FIRIN KARNABAHAAR	332	YOĞURTLU PATATES	148	BULGUR PİLAVI	342	DOMATES ÇORBASI	110	KÖYLÜ ÇORBA	130	BROWNİ	414	264
18 Mart 2020 Çarşamba	LAZANYA	463	ÇÖKERTME KEBABI	630	SEBZELİ PİRİNÇ PİLAVI	354	EZOĞELİN ÇORBA	140	MANTAR ÇORBA	231	MEYVE	150	264
19 Mart 2020 Perşembe	KIZARTMA DÜRÜM	290	CEVİZLİ KÖFTE DÜRÜM	230	NOHUT DÜRÜM	320	BROKOLİ ÇORBA	90	ŞEHİRİYE ÇORBA	103	SALATA BÜFE-AYRAN	150-57	264
20 Mart 2020 Cuma	TAZE FASULYE	117	ETLİ NOHUT	285	BULGUR PİLAVI	342	MERCİMEK ÇORBA	120	DÖĞME ÇORBA	170	MEYVE	150	264
23 Mart 2020 Pazartesi	PİLİÇ ROTİ	310	ÇOBAN KAVURMA	486	PİRİNÇ PİLAVI	283	EZOĞELİN ÇORBA	140	SEBZE ÇORBA	110	MEYVE	150	264
24 Mart 2020 Salı	MANTI	480	KARIŞIK KIZARTMA	312	MERCİMEK KÖFTE	291	DOMATES ÇORBASI	110	ERİŞTE ÇORBA	188	MEVSİM SALATA	150	264
25 Mart 2020 Çarşamba	IZGARA KÖFTE	289	SİNİ KÖFTE	370	PİRİNÇ PİLAVI	283	MAHLUTA ÇORBA	110	ŞEHİRİYE ÇORBA	103	AYRAN	57	264
26 Mart 2020 Perşembe	KASAP TAVA	310	YUVARLAMA	381	SOSLU MAKARNA	178	SÜZME ÇORBA	120	MANTAR ÇORBA	231	LOKMA TATLI	467	264
27 Mart 2020 Cuma	KURU FASULYE	379	EKŞİLİ KÖFTE	307	PİRİNÇ PİLAVI	283	DÖĞME ÇORBA	170	BROKOLİ ÇORBA	90	MEYVE	150	264
30 Mart 2020 Pazartesi	FIRIN BAGET	196	HÜNKAR BEĞENDİ	469	SOSLU MAKARNA	178	EZOĞELİN ÇORBA	140	TUTMAÇ ÇORBA	195	MEYVE	150	264
31 Mart 2020 Salı	YUVARLAMA	381	FIRIN PATATES	245	BULGUR PİLAVI	342	MERCİMEK ÇORBA	120	KIŞ ÇORBASI	140	PUDİNG		264