

MAYA ANADOLU & FEN VE TEKNOLOJİ LİSESİ

KASIM 2025 YEMEK MENÜSÜ

TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ	ENERJİ	K.HİDRAT
3.11.2025	DOMATESLİ TEL ŞEHİRİYE ÇORBA	105	15
	ISPAK YEMEĞİ	334	12
	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ	250	25
	KARIŞIK KOMPOSTO	350	40
	KISIR	50	0
ENERJİ	MEVSİM SALATA	150	8
		1239	100
4.11.2025	MERCİMEK ÇORBA	105	15
	ET TANTUNİ	334	12
	FISTIKLI PİRİNÇ PİLAVI	250	25
	ŞÖBIYET	230	30
	ÇOBAN SALATA	50	0
ENERJİ	YOĞUTLU KÖZ BİBER	150	8
		1119	90
5.11.2025	NANELİ YOĞURT ÇORBA	150	15
	GEMİCİ KURU FASULYE	280	35
	BULGUR PİLAVI	150	15
	MEYVE	100	14
	MAKARNA SALATA	30	0
ENERJİ	KARIŞIK TURŞU	150	13
		860	92
6.11.2025	DÜĞÜN ÇORBA	120	15
	PÜRELİ ROSTO KÖFTE	330	15
	SPAGETTİ NAPOLİTEN	250	25
	MOZAİK PASTA	230	30
	YOĞUTLU SEMİZOTU	150	8
ENERJİ	MEVSİM SALATA	150	8
		1230	101
7.11.2025	MANTAR ÇORBA	120	15
	FIRIN PİLİÇ BAGET	200	18
	MELEK PİLAVI	230	10
	MEYVE	300	55
	HAVUÇ BORANI	60	0
ENERJİ	ZEYTİNYAĞLI BROKOLİ	110	10
		1020	108
10.11.2025 - 14.11.2025	ARA TATİL		
17.11.2025		120	15
		300	15
	TEMATİK GÜN	250	25
		100	15
		60	0
ENERJİ		50	0
		880	70
18.11.2025	TARHANA ÇORBA	120	15
	NOHUT YEMEĞİ	221	5
	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	230	22
	MEYVE	115	9
	RUS SALATASI	60	0
ENERJİ	TURP SALATA	20	0
		766	51

TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ	ENERJİ	K.HİDRAT
19.11.2025	MERCİMEK ÇORBA	120	15
	İZMİR KÖFTE	300	15
	ERİŞTE KAVURMA	250	25
	TİRAMİSU	60	6
	KISIR	50	0
ENERJİ	MEVSİM SALATA	60	5
		720	51
20.11.2025	EZOĞELİN ÇORBA	105	15
	FIRIN PATATES MUSAKKA	256	8
	MİLFÖY BÖREĞİ	260	25
	YOĞURT	260	20
	AKDENİZ SALATA	50	0
ENERJİ	MAKARNA SALATA	60	0
		991	68
21.11.2025	NANELİ YOĞURT ÇORBA	120	15
	ÇİTİR TAVUK	350	30
	BULGUR PİLAVI	200	15
	KAZANDIBİ	100	14
	PATATES SALATA	150	12
ENERJİ	SEBZE SALATA	50	0
		970	86
24.11.2025	YAYLA ÇORBA	120	15
	HAMBURGER KÖFTE	228	12
	FIRINDA ELMA DİLİM PATATES	200	17
	LİMONATA	100	15
	MERCİMEK KÖFTE	194	15
ENERJİ	MISIRLI HAVUÇ SALATA	60	5
		902	79
25.11.2025	KROTONLU DOMATES ÇORBA	150	15
	KABAK DOLMA	250	15
	KALEM BÖREK	280	25
	MEYVE	330	40
	MAKARNA SALATA	150	15
ENERJİ	MEVSİM SALATA	20	0
		1180	110
26.11.2025	MERCİMEK ÇORBA	120	15
	IZGARA KÖFTE (garnili)	230	12
	SOSLU MAKARNA	250	25
	AYRAN	100	15
	KARIŞIK TURŞU	120	0
ENERJİ	BAHÇE SALATA	60	5
27.11.2025	EZOĞELİN ÇORBA	105	15
	MANTI	300	25
	SEBZE SOTE	50	0
	SÜTLAÇ	230	15
	KISIR	50	0
ENERJİ	PATATES SALATA	200	17
28.11.2025	TARHANA ÇORBA	150	15
	TAVUK DÜRÜM	250	25
	BULGUR PİLAVI	150	15
	MEYVE	100	15
	MEVSİM SALATA	20	0
ENERJİ	YOĞUTLU KUSKUS MAKARNA	150	15