

MAYA YEMEK MENÜSÜ



ARALIK 2025



SABAH KAHVALTISI

ÖĞLE YEMEĞİ

ARA BESLENME

01 ARALIK
PAZARTESİ

BİTKİ ÇAYI
MAYALI PIŞI
BEYAZ PEYNİR
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES&SALATALIK
SÜZME ÇİÇEK BALI

SEBZE ÇORBASI
PATATESLİ TAS KEBABI
PİRİNÇ PİLAVI
SALATA MEZE VE DİYET
BÜFESİ
HAVUÇ ,K.LAHANA,
K.PANCAR,TURP,K.YEŞİLLİK,
PANCARLI KUSKUS SALATASI

MEVSİM MEYVESİ

02 ARALIK
SALI

SÜT
FIRINDA PEYNİRLİ
YUMURTALI PATATES
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES & SALATALIK
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR
REÇEL
KEPEKLİ & TAM BUĞDAY ROLL
EKMEK

EZOGELİN ÇORBASI
KURU FASÜLYE
BULGUR PİLAVI
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ
TURŞU,DOMATES,YEŞİLLİK,
HAVUÇ,K.LAHANA
CACIK
MEVSİM MEYVESİ

Mini PİZZA

03 ARALIK
ÇARŞAMBA

BİTKİ ÇAYI
KAŞARLI TOST
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES&SALATALIK
REÇEL

YAYLA ÇORBASI
FIRINDA MEVSİM
SEBZELERİ YEMEĞİ
BOLENEZ SOSLU SPAGETİ
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ
HAVUÇ ,K.LAHANA,
K.PANCAR,TURP,K.YEŞİLLİK
ÇİĞ KÖFTE

MEVSİM MEYVESİ

04 ARALIK
PERŞEMBE

SÜT
PEYNİRLİ OMLET
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES & SALATALIK
TAHİN PEKMEZ
KEPEKLİ & TAM BUĞDAY
ROLL EKMEK

TARHANA ÇORBASI
MISIRLI PİZZA MARGARİTA
ÇITIR SOĞAN HALKASI
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ
HAVUÇ ,K.LAHANA,
K.PANCAR,TURP,K.YEŞİLLİK,
ZEYTİNYAĞLI PIRASA
AYRAN & HAVUÇ TARATOR

BROWNİ

05 ARALIK
CUMA

BİTKİ ÇAYI
POĞAÇA
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES & SALATALIK
TAHİN PEKMEZ

SUNDUBU Jjigae
PORTAKAL SOSLU ASYA USULÜ
TAVUK BAGET, BOGGUEUM BAB
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ
HAVUÇ ,K.LAHANA,
K.PANCAR,TURP,K.YEŞİLLİK
FİNÇOZA
ÇİKOLATALI PUDİNG

MEVSİM MEYVESİ

MAYA YEMEK MENÜSÜ



ARALIK 2025



SABAH KAHVALTISI

ÖĞLE YEMEĞİ

ARA BESLENME

08 ARALIK
PAZARTESİ

BİTKİ ÇAYI
MAYALI PİŞİ
BEYAZ PEYNİR
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES&SALATALIK
SÜZME ÇİÇEK BALI

MERCİMEK ÇORBASI
KARNABAHAAR GRATEN
DOMATES SOSLU MAKARNA
SALATA MEZE VE DİYET
BÜFESİ
HAVUÇ ,K.LAHANA,
K.PANCAR,TURP,K.YEŞİLLİK,
KISIR
SALATALIKLI YOĞURT

MEVSİM MEYVESİ

09 ARALIK
SALI

SÜT
BUHARDA HAŞLANMIŞ
YUMURTA
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES&SALATALIK
REÇEL
KEPEKLİ & TAM BUĞDAY ROLL
EKMEK

TARHANA ÇORBASI
KIYMALI MANTI
YOĞURT VE DOMATES SOS
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ
HAVUÇ ,K.LAHANA,
K.PANCAR,K.YEŞİLLİK,TURP
ZEYTİNYAĞLI KABAK KALYE
PORTAKAL

HAVUÇLU KEK

10 ARALIK
ÇARŞAMBA

BİTKİ ÇAYI
YUMURTALI EKMEK
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES&SALATALIK
TAHİN PEKMEZ

DOMATES ÇORBASI
BİBER DOLMA
TEREYAĞLI MAKARNA
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ
HAVUÇ ,K.LAHANA,
K.PANCAR,TURP,K.YEŞİLLİK,
YOĞURT

MEVSİM MEYVESİ

11 ARALIK
PERŞEMBE

BİTKİ ÇAYI
POĞAÇA
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES & SALATALIK
TAHİN PEKMEZ

EZOĞELİN ÇORBASI
NOHUT YEMEĞİ
PİRİNÇ PİLAVI
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ
TURŞU,DOMATES,YEŞİLLİK,
HAVUÇ,K.LAHANA
CACIK
ZETİNYAĞLI PIRASA

DAMLA
ÇİKOLATALI CUP
KEK

12 ARALIK
CUMA

EV YAPIMI LİMONATA
PANKEK
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN
DOMATES
SALATALIK
ÇOKOKREM
SÜZME BAL PARMAC

HİNDİ TANTUNİ
TAM BUĞDAYLI SANDVIÇ EKMEĞİ
FIRINDA KÜP PATATES KIZARTMASI
SALATA GARNİTÜR
TAZE BAHARATLI KARIŞIK YEŞİLLİK
SLİCE SALKIM DOMATES
KORNIŞON TURŞU
KIRMIZI LAHANA
SUMAKLI MAYDANOZLU SOĞAN PİYAZI
TAZE NANELİ EV YAPIMI AYRAN
SÜTLAÇ

MEVSİM MEYVESİ