

MayaANADOLU
LİSESİFEN VE
TEKNOLOJİ
LİSESİ

MAYA ANADOLU & FEN VE TEKNOLOJİ LİSESİ

OCAK 2026 YEMEK MENÜSÜ

TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ	ENERJİ	K.HİDRAT
2.01.2026	EZOĞELİN ÇORBA	200	15
	MANTI	350	35
	SEBZE SOTE	250	10
	MEYVE	100	15
	MEVSİM SALATA	50	5
5.01.2026	KISIR	150	13
	ENERJİ	1100	93
	TARHANA ÇORBA	200	15
	ET TIRIT	300	15
	BULGUR PİLAVI	260	30
6.01.2026	MEYVE	100	15
	AKDENİZ SALATA	50	0
	MAKARNA SALATA	150	15
	ENERJİ	1060	90
	MERCİMEK ÇORBA	200	15
7.01.2026	GEMİCİ KURU FASULYE	300	10
	ARPA ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	260	30
	AYRAN	250	25
	TURŞU	30	0
	MEVSİM SALATA	50	5
8.01.2026	ENERJİ	1090	85
	NANELİ YOĞURT ÇORBA	200	15
	PÜRELİ ROSTO KÖFTE	350	10
	DOMATES SOSLU MAKARNA	260	30
	KAKAOLU PUDİNG	250	25
9.01.2026	BAHÇE SALATA	50	5
	ZY.BROKOLİ	100	10
	ENERJİ	1210	95
	KROTONLU DOMATES ÇORBA	200	15
	ISPANAK YEMEĞİ	250	10
10.01.2026	SU BÖREĞİ	300	45
	MEYVE	100	15
	MISIRLI HAVUÇ SALATA	50	5
	KISIR	150	13
	ENERJİ	1050	103
11.01.2026	EZOĞELİN ÇORBA	200	20
	DÜRÜM MANTI	350	30
	SEBZE SOTE	250	10
	MOZAİK PASTA	250	25
	MAKARNA SALATA	150	15
12.01.2026	MEVSİM SALATA	50	5
	ENERJİ	1250	105

TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ	ENERJİ	K.HİDRAT
12.01.2026	MERCİMEK ÇORBA	200	15
	ORMAN KEBABI	330	10
	BULGUR PİLAVI	260	30
	MEYVE	100	15
	AKDENİZ SALATA	50	0
13.01.2026	RUS SALATASI	150	15
	ENERJİ	1090	85
	TARHANA ÇORBA	200	15
	NOHUT YEMEĞİ	350	20
	MELEK PİLAVI	260	30
14.01.2026	YOĞURT	100	6
	PATATES SALATASI	150	15
	TERE ROKA SÖĞÜŞ	20	0
	ENERJİ	1080	86
	NANELİ YOĞURT ÇORBA	200	15
15.01.2026	İZMİR KÖFTE	300	10
	ERİŞTE KAVURMA	260	30
	SARAY SARMA	300	30
	YEŞİL SALATA	50	0
	KISIR	150	15
16.01.2026	ENERJİ	1260	100
	MANTAR ÇORBA	200	15
	FIRIN PATATES MUSAKKA	330	10
	PEYNİRLİ TEPİSİ BÖREĞİ	300	45
	MEYVE	100	15
17.01.2026	AKDENİZ SALATA	50	0
	HAVUÇ BORANI	50	0
	ENERJİ	1030	85
	GELENEKSEL ARA TATIL KAHVALTISI		
	ENERJİ		