

# MAYA YEMEK MENÜSÜ



EYLÜL 2026



## SABAH KAHVALTISI

## ÖĞLE YEMEĞİ

## ARA BESLENME

14 EYLÜL  
PAZARTESİ

BİTKİ ÇAYI  
DOMATESLİ PEYNİRLİ  
FIRINDA TOST  
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN  
DOMATES & SALATALIK  
REÇEL

MERCİMEK ÇORBASI  
PATATES PÜRESİ YATAĞINDA  
SOSLU KÖFTE  
SALATA MEZE VE DİYET  
BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
ÇOBAN SALATASI

MEVSİM MEYVESİ  
TUZLU ÇUBUK

15 EYLÜL  
SALI

EV YAPIMI LİMONATA  
MAYALI PİŞİ  
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR  
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN  
DOMATES & SALATALIK  
SÜZME ÇİÇEK BALI

MANTAR ÇORBASI  
NOHUT YEMEĞİ  
PİRİNÇ PİLAVI  
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
SALATALIKLI YOĞURT  
KARPUZ

POĞAÇA

16 EYLÜL  
ÇARŞAMBA

SÜT  
PANKEK  
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR  
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN  
DOMATES & SALATALIK  
ÇOKOKREM / SÜZME BAL  
PARMAK

YAYLA ÇORBASI  
FIRINDA MEVSİM SEBZE  
YEMEĞİ  
ERİŞTE PİLAVI  
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
ÇİĞ KÖFTE  
YOĞURT

MEVSİM MEYVESİ

17 EYLÜL  
PERŞEMBE

BİTKİ ÇAYI  
TEREYAĞLI ÇIRPILMIŞ ANNE  
USULU YUMURTA  
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR  
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN  
DOMATES & SALATALIK  
REÇEL  
KEPEKLİ & TAM BUĞDAY  
ROLL EKMEK

DOMATES ÇORBASI  
PIZZA MARGARİTA  
ÇITIR SOĞAN HALKASI  
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
ZEYTİNYAĞLI TAZE FASULYE  
AYRAN

HAVUÇ & SALATALIK  
ÇUBUKLARI

18 EYLÜL  
CUMA

SÜT  
KENDİ SANDVİCİNİ KENDİN YAP,  
TAT  
DİLİM KAŞAR PEYNİRİ  
DİLİM BEYAZ PEYNİR  
DİLİM SALAM  
DİLİM DOMATES & SALATALIK  
SÜRÜLEBİLİR ZEYTİN EZMESİ  
SÜRÜLEBİLİR KARPER PEYNİR  
YEŞİLLİK / REÇEL / SANDVİÇ  
EKMEĞİ

SEBZELİ ŞEHİRİYE ÇORBASI  
FIRINDA SOYA SOSLU TAVUK  
BAGET  
PİRİNÇ PİLAVI  
SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
AYRAN AŞI  
ÇİKOLATALI PUDİNG

PEYNİRLİ KALEM BÖREK

“Öğrencilerimizin sağlıklı beslenmesini desteklemek amacıyla hazırlanan yemek menülerimiz, okul diyetisyenimiz Feray Sadıç tarafından kontrol edilip onaylanmaktadır.”

# MAYA YEMEK MENÜSÜ



EYLÜL 2026



## SABAH KAHVALTISI

## ÖĞLE YEMEĞİ

## ARA BESLENME

21 EYLÜL  
PAZARTESİ

SÜT  
KENDİ SANDVIÇİNİ KENDİN YAP,  
TAT  
DİLİM KAŞAR PEYNİRİ  
DİLİM BEYAZ PEYNİR  
DİLİM SALAM  
DİLİM DOMATES & SALATALIK  
SÜRÜLEBİLİR ZEYTİN EZMESİ  
SÜRÜLEBİLİR KARPER PEYNİR  
YEŞİLLİK / REÇEL / SANDVIÇ  
EKMEĞİ

EZO GELİN ÇORBASI  
KAŞAR PEYNİRLİ İSPANAK  
GRATEN  
PESTO SOSLU SPAGETTİ  
SALATA MEZE VE DİYET  
BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
KISIR  
KARPUZ

DOYURAN PASTA

22 EYLÜL  
SALI

BİTKİ ÇAYI  
İKİ PEYNİRLİ MİNİ  
YUVARLAK OMLET  
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR  
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN  
DOMATES & SALATALIK  
REÇEL  
KEPEKLİ & TAM BUĞDAY  
ROLL EKMEK

YAYLA ÇORBASI  
ÇİFTLİK KEBABİ  
BULGUR PİLAVI  
SALATA MEZE VE DİYET  
BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
YOĞURTLU SEMİZOTU

MEVSİM MEYVESİ

23 EYLÜL  
ÇARŞAMBA

SÜT  
PANKEK  
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR  
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN  
DOMATES & SALATALIK  
ÇOKOKREM / SÜZME BAL  
PARMAK

MANTAR ÇORBASI  
KURU FASULYE  
PİRİNÇ PİLAVI  
SALATA MEZE VE DİYET  
BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
KARIŞIK TURŞU  
CACIK

CROQUE MONSIEUR  
(Fransız usulü domatesli  
açık tost)

24 EYLÜL  
PERŞEMBE

BİTKİ ÇAYI  
MENEMEN  
BEYAZ PEYNİR  
REÇEL  
SALATALIK / HAVUÇ  
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN  
KEPEKLİ & SADE ROLL EKMEK

TARHANA ÇORBASI  
DANA ETLİ MANTI  
DOMATES VE YOĞURT SOS  
SALATA MEZE VE DİYET  
BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
SOĞANSIZ SADE ZEYTİNYAĞLI  
BROKOLİ

HAVUÇ & SALATALIK  
ÇUBUKLARI

25 EYLÜL  
CUMA

EV YAPIMI LİMONATA  
MAYALI PİŞİ  
SÜRÜLEBİLİR PEYNİR  
SİYAH & YEŞİL ZEYTİN  
DOMATES & SALATALIK  
SÜZME ÇİÇEK BALI

SEBZELİ ŞEHİRİYE ÇORBASI  
TAVUK DÖNER  
PİRİNÇ PİLAVI  
SALATA MEZE VE DİYET  
BÜFESİ  
HAVUÇ, K.LAHANA,  
K.PANCAR, K.YEŞİLLİK  
YOĞURTLU SEMİZOTU  
SÜTLAÇ

MEVSİM MEYVESİ  
TUZLU ÇUBUK

“Öğrencilerimizin sağlıklı beslenmesini desteklemek amacıyla hazırlanan yemek menülerimiz, okul diyetisyenimiz Feray Sadıç tarafından kontrol edilip onaylanmaktadır.”