MAYA YEMEK MENÜSÜ

KASIM 2026



	SABAH KAHVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ	ARA BESLENME
02 KASIM PAZARTESİ	SÜT KENDİ SANDVİÇİNİ KENDİN YAP, DİLİM KAŞAR PEYNİRİ DİLİM BEYAZ PEYNİR DİLİM DOMATES & SALATALIK SÜRÜLE BİLİR ZEYTİN EZMESİ SÜRÜLEBİLİR KARPER PEYNİR YEŞİLLİK / REÇEL / SANDVİÇ EKMEĞİ	TAVUK SUYUNA ŞEHRİYE ÇORBASI NOHUT YEMEĞİ BULGUR PİLAVI SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ HAVUÇ, K.LAHANA, K.PANCAR, K.YEŞİLLİK SADE YOĞURT	MEVSİM MEYVESİ MAYA KURABİYE
03 KASIM SALI	BİTKİ ÇAYI MAYALI PİŞİ SİYAH & YEŞİL ZEYTİN DOMATES & SALATALIK TAHİN PEKMEZ / REÇEL ÇEŞİTLERİ DİLİM BEYAZ PEYNİR	YAYLA ÇORBASI TAZE FASULYE YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ HAVUÇ, K.LAHANA, K.PANCAR, K.YEŞİLLİK ÇİĞ KÖFTE MEVSİM MEYVESİ	AY ÇEKİRDEKLİ AÇMA
04 KASIM ÇARŞAMBA	SÜT ÇIRPILMIŞ ANNE USULÜ YUMURTA SÜRÜLEBİLİR PEYNİR SİYAH & YEŞİL ZEYTİN DOMATES & SALATALIK REÇEL KEPEKLİ & TAM BUĞDAY ROLL EKMEK	RUS MUTFAGI TEMALI ÖĞLE YEMEĞİ BROKOLİ ÇORBASI PELMENİ (Rus mantısı) Domates,Yoğurt ve naneli tereyağ ile SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ HAVUÇ, K.LAHANA, K.PANCAR, K.YEŞİLLİK ZEYTİNYAĞLI LAHANA KAVURMA MEDOVİK (Ballı Rus Pastası)	ALMAN ÇÖREGİ
06 KASIM PERŞEMBE	BİTKİ ÇAYI PANKEK SÜRÜLEBİLİR PEYNİR SİYAH &YEŞİL ZEYTİN DOMATES & SALATALIK ÇOKOKREM SÜZME BAL PARMAK	SÜZME MERCİMEK ÇORBASI IZGARA TAVUK ŞİŞ TEL ŞEHRİYELİ KUSKUS PİLAVI SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ HAVUÇ, K.LAHANA, K.PANCAR,K.YEŞİLLİK SADE YOĞURT	MEVSİM MEYVESİ TUZLU ÇUBUK
07 KASIM CUMA	EV YAPIMI LİMONATA PEYNİRLİ MİNİ YUVARLAK OMLET SÜRÜLEBİLİR PEYNİR SİYAH & YEŞİL ZEYTİN DOMATES & SALATALIK REÇEL KEPEKLİ & TAM BUĞDAY ROLL EKMEK	TARHANA ÇORBASI KAYSERİ YAĞLAMASI (ŞEBİT) DOMATES & YOĞURT SOS SALATA MEZE VE DİYET BÜFESİ HAVUÇ, K.LAHANA, K.PANCAR, K.YEŞİLLİK MEVSİM ZEYTİNYAĞLISI	SALATALIK HAVUÇ KRUDİTE MAYA KURABİYE

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