



ANKARA ÜNİVERSİTESİ GELİŞTİRME VAKFI ÖZEL ORTAOKULU MART AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH		ÖĞLE YEMEĞİ				KALORİ
		1.YEMEK	2.YEMEK	3.YEMEK	4.YEMEK	
2 MART 2026	PAZARTESİ	Şehriye Çorba 🐾	Avcı Kebabı 🐾	Pirinç Pilavı 🐾	Meyve	809 kkal
3 MART 2026	SALI	Mantar Çorba 🐾	Kıymalı Yeşil Mercimek 🐾	Erişte 🐾	Komposto	757 kkal
4 MART 2026	ÇARŞAMBA	Yayla Çorba 🐾	Sebzeli Tavuk Sote 🐾	Bulgur Pilavı 🐾	Kemalpaşa Tatlısı	784 kkal
5 MART 2026	PERŞEMBE	Domates Çorba 🐾	Etli Taze Fasulye 🐾	Pirinç Pilavı 🐾	Meyve	715 kkal
6 MART 2026	CUMA	Mercimek Çorba 🐾	Köfteli Spagetti 🐾	Sebze Haşlama 🐾	Ayran	796 kkal
9 MART 2026	PAZARTESİ	Mengen Çorba 🐾	Mantı-Yoğurt 🐾	Zeytinyağlı Barbunya 🐾	Kakaolu Puding	787 kkal
10 MART 2026	SALI	Tarhana Çorba 🐾	Etli Nohut 🐾	Pirinç Pilavı 🐾	Ayran	751 kkal
11 MART 2026	ÇARŞAMBA	Yayla Çorba 🐾	İzmir Köfte-Patates 🐾	Peynirli Erişte 🐾	Komposto	795 kkal
12 MART 2026	PERŞEMBE	Ezogelin Çorba 🐾	Kıymalı Ispanak 🐾	Soslu Makarna 🐾	Trileçe	806 kkal
13 MART 2026	CUMA	Şehriye Çorba 🐾	Tavuk Baget-Patates 🐾	Bulgur Pilavı 🐾	Meyve	746 kkal





ANKARA ÜNİVERSİTESİ GELİŞTİRME VAKFI ÖZEL ORTAOKULU MART AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ				KALORİ	
	YEMEK	2.YEMEK	3.YEMEK	4.YEMEK		
						
23 MART 2026	PAZARTESİ	Domates Çorba 🐾	Hamburger- Patates 🐾	Sebze Haşlama 🐾	Ayran	789 kkal
24 MART 2026	SALI	Toyga Çorba 🐾	Kıymalı Bezelye 🐾	Pirinç Pilavı 🐾	Meyve	749 kkal
25 MART 2026	ÇARŞAMBA	Ezogelin Çorba 🐾	Ekşili Köfte 🐾	Soslu Makarna 🐾	Komposto	843 kkal
26 MART 2026	PERŞEMBE	Sebze Çorba 🐾	Tavuk Tantuni- Lavaş 🐾	Bulgur Pilavı 🐾	Ayran	744 kkal
27 MART 2026	CUMA	Tarhana Çorba 🐾	Etli Kuru Fasulye 🐾	Pirinç Pilavı 🐾	Etimekli Muhallebi	756 kkal
30 MART 2026	PAZARTESİ	Şehriye Çorba 🐾	Orman Kebabı 🐾	Bulgur Pilavı 🐾	Meyve	745 kkal
31 MART 2026	SALI	Tarhana Çorba 🐾	Tavuklu Nohutlu Pilav 🐾	Sebze Haşlama 🐾	Ayran	731 kkal

