

**T.C. ANKARA VALİLİĞİ**  
**ANKARA ÜNİVERSİTESİ GELİŞTİRME VAKFI ÖZEL ANADOLU VE FEN LİSESİ**  
**ARALIK AYI MENÜSÜ**

<b>03.12.2018</b> <b>Pazartesi</b>	<b>689 kcal</b>	TAVUK BAGET GARNİLİ 238 kcal	DOMATES ÇORBA 102 kcal	CEVİZLİ ERIŞTE 287 kcal	YALANCI TAVUKGÖĞSÜ 165 kcal
<b>04.12.2018</b> <b>Salı</b>	<b>871 kcal</b>	YOĞURLU MANTI MAKARNA 490 kcal	SEBZE ÇORBA 114 kcal	ZEYTİNYAĞLI PIRASA 114 kcal	MEYVE 99 kcal
<b>05.12.2018</b> <b>Çarşamba</b>	<b>814 kcal</b>	BEZELYE YEMEĞİ 151 kcal	NANELİ YOĞURT ÇORBA 187 kcal	SADE PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal	KOMPOSTO 150 kcal
<b>06.12.2018</b> <b>Perşembe</b>	<b>1185 kcal</b>	KADINBUDU KÖFTE / PÜRE 436 kcal	ERİŞTELİ YEŞİL MERCİMEK ÇORBA 264 kcal	ZEYTİNYAĞLI TAZE FASULYE 147 kcal	TULUMBA TATLISI 338 kcal
<b>07.12.2018</b> <b>Cuma</b>	<b>1045 kcal</b>	ÇAYIR KEBABI 404 kcal	KREMALI SEBZE ÇORBA 165 kcal	ARPA ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI 377 kcal	MEYVE 99 kcal
<b>10.12.2018</b> <b>Pazartesi</b>	<b>1352 kcal</b>	YOĞURLU KABAK KALYE 325 kcal	ŞEHRİYE ÇORBA 104 kcal	PATATESLİ KOL BÖREĞİ 391 kcal	İRMİK HELVA 532 kcal
<b>11.12.2018</b> <b>Salı</b>	<b>701 kcal</b>	NOHUT YEMEĞİ 132 kcal	SÜLEYMANİYE ÇORBA 144 kcal	PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal	MEYVE 99 kcal
<b>12.12.2018</b> <b>Çarşamba</b>	<b>1037 kcal</b>	BALIK KROKET / PATATES SALATASI 447 kcal	EZOĞELİN ÇORBA 155 kcal	SADE MAKARNA 229 kcal	TAHİN HELVA 206 kcal
<b>13.12.2018</b> <b>Perşembe</b>	<b>855 kcal</b>	KURU KÖFTE GARNİLİ 426 kcal	SARAY ÇORBA 199 kcal	ZEYTİNYAĞLI YAPRAK SARMA 125 kcal	CACIK 105 kcal
<b>14.12.2018</b> <b>Cuma</b>	<b>909 kcal</b>	KARNİYARIK 191 kcal	TUTMAÇ ÇORBA 195 kcal	SEBZELİ BULGUR PİLAVI 237 kcal	KEŞKÜL 286 kcal

<b>17.12.2018</b> Pazartesi	<b>976 kcal</b>	TAVUK ROTİ SEBZE GARNİ 237 kcal	MERCİMEK ÇORBA 137 kcal	ÖZBEK PİLAVI 503 kcal	MEYVE 99 kcal
<b>18.12.2018</b> Salı	<b>866 kcal</b>	KIYMALI YEŞİL MERCİMEK 257 kcal	YAYLA ÇORBA 115 kcal	PEYNİRLİ TAVA BÖREĞİ 293 kcal	KAZANDİBİ 201 kcal
<b>19.12.2018</b> Çarşamba	<b>742 kcal</b>	İSVEÇ KÖFTE 369 kcal	TARHANA ÇORBA 161 kcal	FIRINDA MÜCVER 150 kcal	AYRAN 62 kcal
<b>20.12.2018</b> Perşembe	<b>977 kcal</b>	YOĞURTLU KIYMALI İSPANAK 229 kcal	ROMEN ÇORBA 173 kcal	SOSLU MAKARNA 285 kcal	SÜTLÜ NURİYE 290 kcal
<b>21.12.2018</b> Cuma	<b>871 kcal</b>	KIYMALI PİDE 356 kcal	KITIRLI DOMATES ÇORBA 190 kcal	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA 263 kcal	AYRAN 62 kcal
<b>24.12.2018</b> Pazartesi	<b>1162 kcal</b>	IZGARA BALIK 366 kcal	EZOĞELİN ÇORBA 155 kcal	NAPOLİTEN SOSLU SPAGETTİ 435 kcal	TAHİN HELVA 206 kcal
<b>25.12.2018</b> Salı	<b>777 kcal</b>	ANKARA TAVA 436 kcal	SÜZME MERCİMEK ÇORBA 137 kcal	ZEYTİNYAĞLI SEBZE BUKETİ 105 kcal	MEYVE 99 kcal
<b>26.12.2018</b> Çarşamba	<b>745 kcal</b>	KURU FASULYE 275 kcal	MANTAR ÇORBA 139 kcal	BULGUR PİLAVI 269 kcal	AYRAN 62 kcal
<b>27.12.2018</b> Perşembe	<b>902 kcal</b>	MEVSİM TÜRLÜ 246 kcal	YAYLA ÇORBA 115 kcal	PATATESLİ BÖREK 391 kcal	KOMPOSTO 150 kcal
<b>28.12.2018</b> Cuma	<b>935 kcal</b>	IZGARA TAVUK BONFİLE 109 kcal	SARAY ÇORBA 199 kcal	SADE PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal	TRİLİÇE 301 kcal