



ANKARA ÜNİVERSİTESİ GELİŞTİRME VAKFI ÖZEL OKULLARI
MART AYI YEMEK LİSTESİ-ORTAOKUL/LİSE

TARİH	1.YEMEK	2.YEMEK	3.YEMEK	4.YEMEK	KALORİ
02.03.2026 Pazartesi	Şehriye Çorba	Avcı Kebabı	Pirinç Pilavı	Meyve	809 kkal
03.03.2026 Salı	Mantar Çorba	Kıymalı Yeşil Mercimek	Erişte	Komposto	757 kkal
04.03.2026 Çarşamba	Yayla Çorba	Sebzeli Tavuk Sote	Bulgur Pilavı	Kemalpaşa Tatlısı	784 kkal
05.03.2026 Perşembe	Domates Çorba	Etli Taze Fasulye	Pirinç Pilavı	Meyve	715 kkal
06.03.2026 Cuma	Mercimek Çorba	Köfteli Spagetti	Sebze Haşlama	Ayran	796 kkal
09.03.2026 Pazartesi	Mengen Çorba	Manti-Yoğurt	Zeytinyağlı Barbunya	Kakaolu Puding	787 kkal
10.03.2026 Salı	Tarhana Çorba	Etli Nohut	Pirinç Pilavı	Ayran	751 kkal
11.03.2026 Çarşamba	Yayla Çorba	İzmir Köfte-Patates	Peynirli Erişte	Komposto	795 kkal
12.03.2026 Perşembe	Ezogelin Çorba	Kıymalı Ispanak	Soslu Makarna	Trileçe	806 kkal
13.03.2026 Cuma	Şehriye Çorba	Tavuk Baget-Patates	Bulgur Pilavı	Meyve	746 kkal
16-20 Mart 2026	İYİ TATİLLER... İYİ BAYRAMLAR...				
23.03.2026 Pazartesi	Domates Çorba	Hamburger-Patates	Sebze Haşlama	Ayran	789 kkal
24.03.2026 Salı	Toyga Çorba	Kıymalı Bezelye	Pirinç Pilavı	Meyve	749 kkal
25.03.2026 Çarşamba	Ezogelin Çorba	Ekşili Köfte	Soslu Makarna	Komposto	843 kkal
26.03.2026 Perşembe	Sebze Çorba	Tavuk Tantuni-Lavaş	Bulgur Pilavı	Ayran	744 kkal
27.03.2026 Cuma	Tarhana Çorba	Etli Kuru Fasulye	Pirinç Pilavı	Etimekli Muhallebi	756 kkal
30.03.2026 Pazartesi	Şehriye Çorba	Orman Kebabı	Bulgur Pilavı	Meyve	745 kkal
31.03.2026 Salı	Tarhana Çorba	Tavuklu Nohutlu Pilav	Sebze Haşlama	Ayran	731 kkal

DİYETİSYEN
AZRA TORUN