SUNAR GRUP
AYLIK YEMEK LİSTESİ

TARİH	1. ÇORBA	2. ANA YEMEK veya ALTERNATİF YEMEK		3. YARDIMCI YEMEK	4. İÇECEK		5. SALATA BAR	TOPLAM Kcal
TARİH	1. ÇORBA	2. ANA YEMEK veya ALTERNATİF YEMEK		3. YARDIMCI YEMEK	4. İÇECEK veya SALATA BAR		5. TATLI ve MEYVE	TOPLAM Kcal
11/1/2026	Mercimek çorba	Tavuk döner	Tarator	Şehriyeli pirinç pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1295
11/2/2026	Yoğurtlu dövme çorba	Etli sulu patates yemeği	Falafel	Mercimekli bulgur pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Pancar havuç marul salata	Meyve	1405
11/3/2026	Mercimek çorba	Akçaabat köfte	Kabak çintme	Domatesli bulgur pilavı	Gazoz/Ayan/Şalgam	Patlıcan ezmesi	Portakallı muhallebi	1275
11/4/2026	Sebze çorba	Kuru fasulye	Ispanak yemeği	Tavuklu pirinç pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Çoban salata	Meyve	1581
11/5/2026	Ezogelin çorba	Biber patlıcan dolma	Kuru börülce	Fırında sebze graten	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Kakaolu puding	1241
11/6/2026	Tarhana çorba	Garnitürlü Tavuk rulo	Mücver	Şehriyeli pirinç pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1458
11/7/2026	Terbiyeli tavuk çorba	Zeytinyağlı taze fasulye	Brüksel lahana	Fırın makarna	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1267
11/8/2026	Mercimek çorba	Lahmacun	Yoğurtlu ıspanak	Kısır salatası	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Yeşil salata	Kakolu irmik tatlısı	1333
11/9/2026	Erzincan çorba	Mevsim türlü	Mantar sote	Şehriyeli pirinç pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1136
11/10/2026	Mercimek çorba	Bezelye yemeği	Pırasa yemeği	Tavuklu pirinç pilavı	Limonata	Çoban salata	Ağlayan kek	1269
11/11/2026	Yoğurtlu dövme çorba	Köfte ekmek	Portakallı Kabak kalye	Nohut tava	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1371
11/12/2026	Domates çorba	Kaşarlı imambayıldı	Portakallı kereviz	Etli özbek pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Muzlu puding	1391
11/13/2026	Mercimek çorba	Mantarlı tavuk sote	Kaşarlı fırın mücver	Nohutlu dövme pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1220
11/14/2026	Ezogelin çorba	İçli köfte	Barbunya	Sebze güveci	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Çoban salata	Kıbrıs tatlısı	1426
11/15/2026	Yayla çorba	Arap tava	Mercimek köfte	Erişteli pirinç pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1392
11/16/2026	Yoğurtlu dövme çorba	Kıymalı patates musakka	Pancar tarator	Mercimekli bulgur pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Keşkül	1398
11/17/2026	Ezogelin çorba	Nohut yahni	Çiğ köfte/Yeşillik	Sebzeli bulgur pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Pancar havuç marul salata	Meyve	1433
11/18/2026	Mercimek çorba	Adana kebap	Babağannuş	Piyaz	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Soğan/ mevsim salata	Tulumba tatlı	1279
11/19/2026	Tavuk çorba	Soslu kızartma	Bezelye yemeği	Sebzeli makarna	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Çoban salata	Meyve	1178
11/20/2026	Tarhana çorba	Ada soslu butbonfile	Ekşili semizotu yemeği	Sebzeli pirinç pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Akdeniz salata	Meyve	1304
11/21/2026	Mercimek çorba	Karışık börek	Barbunya yemeği	Ispanak graten	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Ağlayan kek	1296
11/22/2026	Mahluta çorba	Hasanpaşa köfte	Yoğurtlu sebze	Şehriyeli pirinç pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1329
11/23/2026	Ezogelin çorba	Patlıcan tava	Yoğurtlu karnabahar	Domatesli bulgur pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1402
11/24/2026	Yoğurtlu dövme çorba	Tepsi kebabı	Pırasa	Şehriyeli pirinç pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Kadayıflı muhallebi	1376
11/25/2026	Mercimek çorba	Zeytinyağlı barbunya	Çiğ köfte/Yeşillik	Etli özbek pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Çoban salata	Meyve	1514
11/26/2026	Tarhana çorba	Patates oturtma	Taze fasulye	Domatesli bulgur pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Üzümlü kek	1357
11/27/2026	Mercimek çorba	Piliç topkapı	Kapuska	Köri soslu makarna	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Akdeniz salata	Meyve	1257
11/28/2026	Terbiyeli tavuk çorba	Fırında şakşuka	Portakallı kereviz	Yoğurtlu mantı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Sütlaç	1376
11/29/2026	Yayla çorba	Tavuklu mantar sote	Mercimek köfte	Şehriyeli bulgur pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Meyve	1274
11/30/2026	Ezogelin çorba	Arnavut ciğer	Karnabahar salata	Şehriyeli pirinç pilavı	Ayran/ Şalgam/Yoğurt/Cacık	Mevsim salata	Üzümlü muhallebi	1294

NOT: Menü aylık hazırlanmış olup, günün veya haftanın koşullarına göre değişiklik yapılabilir.

GIDA MÜHENDİSİ	İŞLETME ŞEFİ	GIDA DENETİMİ
GÜLCAN EKER	M. TEVFİK ÖZVER	ALİ SELİM USLUER