



## 2026 EKİM MÖNÜ



| 28.09.2026<br>PAZARTESİ                                       | KCAL                                         | 29.09.2026<br>SALI                                            | KCAL                                         | 30.09.2026<br>ÇARŞAMBA                                        | KCAL                                         | 01.10.2026<br>PERŞEMBE                                          | KCAL                                         | 02.10.2026<br>CUMA                                         | KCAL                                         | 03.10.2026<br>CUMARTESİ                                  | KCAL                                         |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| ŞEHİRİYE ÇORBA<br>ETLİ KURU FASULYE<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>MEYVE | 180 KCAL<br>350 KCAL<br>326 KCAL<br>110 KCAL | EZOĞELİN ÇORBA<br>TAS KEBAP<br>BULGUR PİLAVI<br>SALATA        | 110 KCAL<br>308 KCAL<br>178 KCAL<br>200 KCAL | MERCİMEK ÇORBA<br>NUGET<br>MAKARNA<br>İÇECEK                  | 100 KCAL<br>285 KCAL<br>346 KCAL<br>115 KCAL | TAVUK SUYU ÇORBA<br>PATLICAN MUSAKKA<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>YOĞURT | 110 KCAL<br>180 KCAL<br>326 KCAL<br>160 KCAL | TARHANA ÇORBA<br>FIRIN TAVUK<br>BULGUR PİLAVI<br>AYRAN     | 120 KCAL<br>336 KCAL<br>178 KCAL<br>115 KCAL | YAYLA ÇORBA<br>MANTAR SOTE<br>MAKARNA<br>TATLI           | 168 KCAL<br>190 KCAL<br>346 KCAL<br>200 KCAL |
| 05.10.2026<br>PAZARTESİ                                       | KCAL                                         | 06.10.2026<br>SALI                                            | KCAL                                         | 07.10.2026<br>ÇARŞAMBA                                        | KCAL                                         | 08.10.2026<br>PERŞEMBE                                          | KCAL                                         | 09.10.2026<br>CUMA                                         | KCAL                                         | 10.10.2026<br>CUMARTESİ                                  | KCAL                                         |
| MERCİMEK ÇORBA<br>ETLİ PATATES<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>SALATA     | 100 KCAL<br>260 KCAL<br>326 KCAL<br>200 KCAL | BROKOLİ ÇORBA<br>IZGARA KÖFTE +BİBER<br>MAKARNA<br>MEYVE      | 85 KCAL<br>225 KCAL<br>346 KCAL<br>110 KCAL  | EZOĞELİN ÇORBA<br>MEVSİM TURLÜ<br>ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI<br>TATLI | 110 KCAL<br>170 KCAL<br>326 KCAL<br>200 KCAL | MANTAR ÇORBA<br>PATLICAN KEBAP<br>MAKARNA<br>CACIK              | 139 KCAL<br>205 KCAL<br>346 KCAL<br>131 KCAL | ŞEHİRİYE ÇORBA<br>PİLİÇ ÇÖP ŞİŞ<br>BULGUR PİLAVI<br>İÇECEK | 180 KCAL<br>208 KCAL<br>178 KCAL<br>110 KCAL | MERCİMEK ÇORBA<br>ETLİ BEZELYE<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>AYRAN | 100 KCAL<br>168 KCAL<br>326 KCAL<br>115 KCAL |
| 12.10.2026<br>PAZARTESİ                                       | KCAL                                         | 13.10.2026<br>SALI                                            | KCAL                                         | 14.10.2026<br>ÇARŞAMBA                                        | KCAL                                         | 15.10.2026<br>PERŞEMBE                                          | KCAL                                         | 16.10.2026<br>CUMA                                         | KCAL                                         | 17.10.2026<br>CUMARTESİ                                  | KCAL                                         |
| EZOĞELİN ÇORBA<br>TAZE FASULYE<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>TATLI      | 110 KCAL<br>222 KCAL<br>326 KCAL<br>200 KCAL | MERCİMEK ÇORBA<br>KARNİYARIK<br>MAKARNA<br>YOĞURT             | 100 KCAL<br>191 KCAL<br>346 KCAL<br>160 KCAL | MANTAR ÇORBA<br>KAYSERİ KÖFTE<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>MEYVE       | 139 KCAL<br>235 KCAL<br>326 KCAL<br>110 KCAL | ŞEHİRİYE ÇORBA<br>ETLİ NOHUT<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>CACIK          | 180 KCAL<br>350 KCAL<br>326 KCAL<br>131 KCAL | TARHANA ÇORBA<br>ÇARDAK KEBABI<br>BULGUR PİLAVI<br>AYRAN   | 120 KCAL<br>300 KCAL<br>178 KCAL<br>115 KCAL | MERCİMEK ÇORBA<br>KARIŞIK KIZARTMA<br>MAKARNA<br>YOĞURT  | 100 KCAL<br>224 KCAL<br>346 KCAL<br>160 KCAL |
| 19.10.2026<br>PAZARTESİ                                       | KCAL                                         | 20.10.2026<br>SALI                                            | KCAL                                         | 21.10.2026<br>ÇARŞAMBA                                        | KCAL                                         | 22.10.2026<br>PERŞEMBE                                          | KCAL                                         | 23.10.2026<br>CUMA                                         | KCAL                                         | 24.10.2026<br>CUMARTESİ                                  | KCAL                                         |
| EZOĞELİN ÇORBA<br>ORMAN KEBAP<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>SALATA      | 110 KCAL<br>270 KCAL<br>326 KCAL<br>200 KCAL | ŞEHİRİYE ÇORBA<br>KURU FASULYE<br>ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI<br>CACIK | 180 KCAL<br>350 KCAL<br>326 KCAL<br>131 KCAL | MERCİMEK ÇORBA<br>TAVUK SOTE<br>BULGUR PİLAVI<br>TATLI        | 100 KCAL<br>265 KCAL<br>178 KCAL<br>200 KCAL | EZOĞELİN ÇORBA<br>BİBER DOLMA<br>BÖREK<br>YOĞURT                | 110 KCAL<br>216 KCAL<br>368 KCAL<br>160 KCAL | TARHANA ÇORBA<br>ARNAVUT CİĞERİ<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>İÇECEK | 120 KCAL<br>330 KCAL<br>326 KCAL<br>110 KCAL | MANTAR ÇORBA<br>MENGEN MUSAKKA<br>MAKARNA<br>YOĞURT      | 139 KCAL<br>210 KCAL<br>346 KCAL<br>160 KCAL |
| 26.10.2026<br>PAZARTESİ                                       | KCAL                                         | 27.10.2026<br>SALI                                            | KCAL                                         | 28.10.2026<br>ÇARŞAMBA                                        | KCAL                                         | 29.10.2026<br>PERŞEMBE                                          | KCAL                                         | 30.10.2026<br>CUMA                                         | KCAL                                         | 31.10.2026<br>CUMARTESİ                                  | KCAL                                         |
| ŞEHİRİYE ÇORBA<br>KIYMALI NOHUT<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>CACIK     | 180 KCAL<br>350 KCAL<br>326 KCAL<br>131 KCAL | TARHANA ÇORBA<br>ELZEM KÖFTE<br>MAKARNA<br>SALATA             | 120 KCAL<br>252 KCAL<br>346 KCAL<br>200 KCAL | EZOĞELİN ÇORBA<br>TAVUK PANE<br>BULGUR PİLAVI<br>AYRAN        | 110 KCAL<br>265 KCAL<br>178 KCAL<br>115 KCAL | MERCİMEK ÇORBA<br>BÖRÜLCE<br>MAKARNA<br>MEYVE                   | 100 KCAL<br>222 KCAL<br>346 KCAL<br>110 KCAL | SEBZE ÇORBA<br>DÖNER<br>PİRİNÇ PİLAVI<br>İÇECEK            | 90 KCAL<br>468 KCAL<br>326 KCAL<br>110 KCAL  | YAYLA ÇORBA<br>ETLİ PATATES<br>MAKARNA<br>TATLI          | 168 KCAL<br>260 KCLA<br>346 KCAL<br>200 KCAL |

AŞÇI BAŞI  
OKTAY TEKTAŞ

GIDA MÜHENDİSİ  
ABDULKADİR ÇATAL

YÖNETİM KURULU BAŞKANI  
SALİM AYDIN

NOT= ELDE OLMAYAN NEDENLERDEN DOLAYI MÖNÜDE OLUŞABİLECEK DEĞİŞİKLİKLERDEN ANLAYIŞINIZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİZ.