



PLUS

AMERİKAN KÜLTÜR KOLEJİ MART MÖNÜ

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE YEMEĞİ				İKİNDİ	KALORİ
02 March 2015, Monday	TOSTKAŞAR PEYNİRLİ SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem), KAKAOLU SÜT	NOHUT	ARPA ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MEVSİM SALATA-KARIŞIK TURŞU	KREM ŞOKOLA	GÜL BÖREK PATATESLİ / AYRAN	730
03 March 2015, Tuesday	PAN KEK , SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem),süt	NANELİ YOĞURT ÇORBASI	PATATES MUSAKKA	BULGUR PİLAVI (DOMATESLİ)	ELMA	MİNİ PIZZA / SÜT	690
04 March 2015, Wednesday	COCO POPS SERPME KAHVALTI (kasar peynir, zeytin,tahin-pekmaz, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem), SÜT	MANTAR ÇORBASI	IZGARA KÖFTE	SPAGETİ DOMATES SOSLU	YOĞURT	SADE POĞAÇA / ARMUT. SANTA M.	878
05 March 2015, Thursday	PATATESLİ YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin,tahin-pekmaz, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem),SÜT	MERCİMEK ÇORBASI	ET DÖNER	PİRİNÇ PİLAVI	AYRAN	KEK / SÜT	893
06 March 2015, Friday	NUTELLA EKMEK, SERPME KAHVALTI (kem peynir, zeytin, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem), SÜT	DOMATES ÇORBASI	ETLİ BİBER DOLMA	BONCUC MAKARNA DOMATES SOS	YOĞURT	SÜTLAÇ	650
09 March 2015, Monday	TOSTKAŞAR PEYNİRLİ SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal, HAVUÇ kuru meyve-kuru yem), KAKAOLU SÜT	BARBUNYA (ETLİ)	PİRİNÇ PİLAVI	MEVSİM SALATA-KARIŞIK TURŞU	YOĞURT	GÜL BÖREK KIYMALI / AYRAN	760
10 March 2015, Tuesday	PAN KEK , SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem),süt	EZOĞELİN ÇORBASI	ETLİ TÜRLÜ	BONCUC MAKARNA SADE	AYRAN	MİNİ PIZZA / ELMA	718
11 March 2015, Wednesday	COCO POPS SERPME KAHVALTI (kasar peynir, zeytin,tahin-pekmaz, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem), SÜT	DÜĞÜN ÇORBASI	SULU KÖFTE	BULGUR PİLAVI (DOMATESLİ)	YOĞURT	SADE POĞAÇA / ARMUT. SANTA M.	639
12 March 2015, Thursday	PATATESLİ YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin,tahin-pekmaz, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem),SÜT	MANTAR ÇORBA	HİNDİ TANDIR	PİRİNÇ PİLAVI	CACIK	KEK / SÜT	925
13 March 2015, Friday	NUTELLA EKMEK, SERPME KAHVALTI (kem peynir, zeytin, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem), SÜT	DOMATES ÇORBASI	KIYMALI MANTI (YOĞURLU)	ZY BARBUNYA PİLAKI	ELMA (STARKİNG)	KREM ŞOKOLA	900
16 March 2015, Monday	TOSTKAŞAR PEYNİRLİ SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal, HAVUÇ kuru meyve-kuru yem), KAKAOLU SÜT	NOHUT	PİRİNÇ PİLAVI	KIRMIZI LAHANA-HAVUÇ-KORNIŞON T.	YOĞURT	GÜL BÖREK SEBZELİ / AYRAN	681
17 March 2015, Tuesday	PAN KEK , SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem),süt	EZOĞELİN ÇORBA	BALIK MEZGİT FIRIN(SOTE KÜP PATATES)	MEVSİM SALATA	HELVA	MİNİ PIZZA / ELMA	981
18 March 2015, Wednesday	COCO POPS SERPME KAHVALTI (kasar peynir, zeytin,tahin-pekmaz, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem), SÜT	KARNİYARIK	PİRİNÇ PİLAVI	İRMİK HELVASI	CACIK	SADE POĞAÇA / ARMUT. SANTA M.	1175
19 March 2015, Thursday	PATATESLİ YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin,tahin-pekmaz, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem),SÜT	MERCİMEK ÇORBASI	İZMİR KÖFTE	PİRİNÇ PİLAVI	SÜTLAÇ	KEK / SÜT	1072
20 March 2015, Friday	NUTELLA EKMEK, SERPME KAHVALTI (kem peynir, zeytin, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem), SÜT	KÜTAHYA KÖFTESİ	BULGUR PİLAVI	MEVSİM SALATASI	YOĞURT	MOZAIK PASTA	654
23 March 2015, Monday	TOSTKAŞAR PEYNİRLİ SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal, HAVUÇ kuru meyve-kuru yem), KAKAOLU SÜT	MERCİMEK ÇORBASI	KIY KAPUSKA	KABAK MÜCVER	KEMAL PAŞA	GÜL BÖREK PATATESLİ / AYRAN	852
24 March 2015, Tuesday	PAN KEK , SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem),süt	YEŞİL MERCİMEK	BONCUC MAKARNA SADE	PORTAKAL	YOĞURT	MİNİ PIZZA / ELMA	725
25 March 2015, Wednesday	COCO POPS SERPME KAHVALTI (kasar peynir, zeytin,tahin-pekmaz, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem), SÜT	EZOĞELİN ÇORBA	ETLİ PATATES	BULGUR PİLAVI	YOĞURT	SADE POĞAÇA / ARMUT. SANTA M.	752
26 March 2015, Thursday	PATATESLİ YUMURTA, SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin,tahin-pekmaz, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem),SÜT	PATLIÇAN MUSAKKA	PİRİNÇ PİLAVI SADE	PORTAKAL	CACIK	KEK / SÜT	768
27 March 2015, Friday	NUTELLA EKMEK, SERPME KAHVALTI (kem peynir, zeytin, HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem), SÜT	MANTAR ÇORBA	KADIN BUDU KÖFTE	SALATBAR	AYRAN	SÜTLAÇ	830
30.03.2015 PAZARTESİ	TOSTKAŞAR PEYNİRLİ SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal, HAVUÇ kuru meyve-kuru yem), KAKAOLU SÜT	KURU FASÜLYE	PİRİNÇ PİLAVI SADE	KIRMIZI LAHANA-HAVUÇ-KORNIŞON T.	YOĞURT	GÜL BÖREK / AYRAN	708
31.03.2015 SALI	PAN KEK , SERPME KAHVALTI (peynir, zeytin, bal HAVUÇ, kuru meyve-kuru yem),süt	HAMBURGER	MEVSİM SALATA	SUPANGLE	AYRAN	DOĞUM GÜNÜ PASATASI	607