



ADANA KOLEJİ EĞİTİM BİRİMLERİ  
2017-2018  
EYLÜL AYI YEMEK LİSTESİ



**18 Eylül 2017 Pazartesi**  
Yaprak Döner  
Piriç Pilavı  
Salata  
Ayran  
**Toplam Kalori: 1400**



**25 Eylül 2017 Pazartesi**  
Etli Taze Fasulye  
Piriç Pilavı  
Cacık  
Meyve  
**Toplam Kalori: 1270**



**19 Eylül 2017 Salı**  
Lahmacun  
Mercimek Çorbası  
Ayran  
Meyve  
**Toplam Kalori: 1270**



**26 Eylül 2017 Salı**  
Orman Kebabı  
Makarna  
Yoğurt  
Meyve  
**Toplam Kalori: 1420**



**20 Eylül 2017 Çarşamba**  
İzmir Köfte  
Makarna  
Cacık  
Meyve  
**Toplam Kalori : 1410**



**27 Eylül 2017 Çarşamba**  
Tavuk Izgara  
Domatesli Bulgur Pilavı  
Ayran  
Meyve  
**Toplam Kalori: 1370**



**21 Eylül 2017 Perşembe**  
Piliç Baget  
Bulgur Pilavı  
Salata  
Ayran  
**Toplam Kalori : 1310**



**28 Eylül 2017 Perşembe**  
Patatesli Peynirli Pide  
Tavuklu Şehriye Çorbası  
Yeşil Salata  
Ayran  
**Toplam Kalori: 1285**



**22 Eylül 2017 Cuma**  
Patlıcan Tava  
Piriç Pilavı  
Cacık  
Meyve  
**Toplam Kalori: 1350**



**29 Eylül 2017 Cuma**  
Misket Köfte  
Piriç Pilavı  
Ayran  
Meyve  
**Toplam Kalori: 1410**

**Not:** 1) İlkokul çağındaki öğrencilerin toplam alması gerekli enerji 1200-2500 kaloridir.  
2) Orta-lise öğrencilerinin alması gerekli toplam enerji miktarı kız öğrencilerde 2400-2500, erkek öğrencilerde 3200-3800 kaloridir.

Hölya UYSAL  
İlköğretim Müdürü

Halit Atik  
Okul Doktoru