



MARMARA EĞİTİM KURUMLARI İKİNDİ BESLENMESİ HAZİRAN 2026

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
1.06.2026	2.06.2026	3.06.2026	4.06.2026	5.06.2026
PEYNİRLİ BÖREK MEVSİM MEYVESİ 255 kcal	BROWNİE KURABIYE IHLAMUR 155 kcal	KEŞKÜL 200 kcal	MEYVELİ YOĞURT 180 kcal	TAHİNLİ KURABIYE MEVSİM MEYVESİ 210 kcal
8.06.2026	9.06.2026	10.06.2026	11.06.2026	12.06.2026
TUZLU KEK KUŞBURNU 155 kcal	ÜZÜMLÜ KURABIYE MEVSİM MEYVESİ 210 kcal	ÇİKOLATALI YULAF BAR 175 kcal	ALTIN ÇÖREK MEVSİM MEYVESİ 220 kcal	MEYVELİ KEFİR CEVİZ 165 kcal
15.06.2026	16.06.2026	17.06.2026	18.06.2026	19.06.2026
DONDURMA 200 kcal	MUZLU EKMEK IHLAMUR 145 kcal	SUSAMLI ÇUBUK KREM PEYNİR 165 kcal	İKİ RENKLİ KURABIYE MEVSİM MEYVESİ 210 kcal	HAVUÇLU KEK EV YAPIMI LİMONATA 325 kcal
22.06.2026	23.06.2026	24.06.2026	25.06.2026	26.06.2026
MİNİ AÇMA MEVSİM MEYVESİ 240 kcal	KAKAOLU TOPLAR 150 kcal	ELMALI KURABIYE KUŞBURNU 210 kcal	YAŞ PASTA SIKMA PORTAKAL SUYU 370 kcal	TUZLU KURABIYE MEVSİM MEYVESİ 180 kcal

Mevsim Meyveleri: Elma, çilek, kayısı, şeftali, nektarin, erik, karpuz, kiraz, muz

Menülerimiz Beslenme Uzmanı/Diyetisyen Selen ŞAHİN tarafından besin değeri, kalite, miktar ve çeşitlilik göz önünde bulundurularak hazırlanmış olup Genel Müdür Dr. Elif ŞİMŞEK tarafından onaylanmıştır.

- Satın alma; kullanılan gıda ürünleri, Türk Gıda Kodeksi, Türk Standartları Enstitüsü kalite belgelerine sahip en kaliteli ürünlerden seçilerek diyetisyenimiz tarafından yapılmaktadır.
- Et grubu: Dört Mevsim Et A.Ş.(Susurluk/Balıkesir)
- Tavuk ve yumurta: Beypiliç(Bolu), Keskinöğlü(Osmangazi/Bursa)
- Balık/Deniz Ürünleri: Pınar(Bornova/İzmir), Gezici Su Ürünleri/Marmara Seafood
- Süt ve Süt Ürünleri: Eker(Nilüfer/Bursa), Süttaş(Karacabey), Pınar(Bornova/İzmir)
- Kuru Gıda: Reis Gıda(Taşköprü/Kastamonu), Filiz Makarna(Merkez/Bolu)