



## MARMARA EĞİTİM KURUMLARI YEMEK LİSTESİ NİSAN 2026

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
		1.04.2026	2.04.2026	3.04.2026
		Domates Çorba Kıymalı Karnabahar Peynirli Kuskus Yoğurt Mevsim Salatası 685 kcal	Şehriye Çorba Orman Kebabı Pirinç Pilavı Mevsim Meyvesi Mevsim Salatası 690 kcal	Ezogelin Çorba Balık Spaggetti Kemalpaşa Tatlısı Mevsim Salatası 820 kcal
6.04.2026	7.04.2026	8.04.2026	9.04.2026	10.04.2026
Yayla Çorba Kıymalı Yeşil Mercimek Napoliten Soslu Penne Mevsim Meyvesi Mevsim Salatası 740 kcal	Andolez Çorba Sebzeli Kebap Bulgur Pilavı Yoğurt Mevsim Salatası 720 kcal	Şafak Çorba Fırın Tavuk Baget Mısırlı Pirinç Pilavı Ayrın Mevsim Salatası 685 kcal	Anadolu Çorba Kıymalı Kabak Sandal Makarna Frambuaz Soslu Trileçe Mevsim Salatası 820 kcal	Brokoli Çorba Pürelü Köfte Pirinç Pilavı Havuç Tarator Mevsim Salatası 860 kcal
13.04.2026	14.04.2026	15.04.2026	16.04.2026	17.04.2026
Süzme Mercimek Çorba Et Döner Pirinç Pilavı Ayrın Mevsim Salatası 795 kcal	Ekşili Ispanak Çorba Etlü Quesadilla (Tortilla, jülyen dana eti, domates sos...) Elma Dilim Patates Ev Yapımı Limonata Mevsim Salatası 760 kcal	Tarhana Çorba Balık Erişte Kakaolu Şekerpare Mevsim Salatası 780 kcal	Sebze Çorba Etlü Barbunya Bulgur Pilavı Turşu Mevsim Salatası 670 kcal	Domates Çorba Tavuklu Pilav Yoğurtlu Patlıcan Mevsim Meyvesi Mevsim Salatası 685 kcal
20.04.2026	21.04.2026	22.04.2026	23.04.2026	24.04.2026
Yayla Çorba Etlü Nohut Bulgur Pilavı Mevsim Meyvesi Mevsim Salatası 715 kcal	Ezogelin Çorba Kıymalı Pazı İtalyan Soslu Spaggetti Haydari Mevsim Salatası 700 kcal	Şafak Çorba Tavuk Şinitzel Patates Salatası Fırın Sütlaç Mevsim Salatası 790 kcal	<b>RESMİ TATİL</b>	Mısır Çorba Mantı Zeytinyağlı Karışık Sebze Yoğurt Mevsim Salatası 750 kcal
27.04.2026	28.04.2026	29.04.2026	30.04.2026	
Taze Mantar Çorba Etlü Kuru Fasulye Şehriyeli Pirinç Pilavı Turşu Mevsim Salatası 670 kcal	Domates Çorba Piliç Elbasan Tava Bulgur Pilavı Mevsim Meyvesi Mevsim Salatası 745 kcal	Süzme Mercimek Çorba Kıymalı Semizotu Arpa Şehriye Pilavı Yoğurt Mevsim Salatası 690 kcal	Havuç Çorba Ev Yapımı Hamburger (Ev yap.Hamb. Ekmeği ile) Patates Kızartması Ayrın Mevsim Salatası 885 kcal	
<b>Mevsim Meyveleri: Elma, armut, mandalina, portakal, muz, erik</b>				
<b>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.</b>				

- 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)