TED TEKİRDAĞ KOLEJİ EKİM AYI YEMEK LİSTESİ 2026-2027

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE YEMEĞİ	İKİNDİ KAHVALTISI	SALATABAR	TOPLAM KALORİ
1 Ekim 2026 Perşembe	FIRIN PATATES,KAŞAR PEYNİR, SİYAH ZEYTİN, SALATALIK SÖĞÜŞ, FINDIK KREMA, IHLAMUR	DÜĞÜN ÇORBASI, DOMATESLİ TAZE FASULYE, PEYNİRLİ ERİŞTE, ŞEFTALİLİ MAGNOLYA	PAÇANGA BÖREĞİ, AYRAN	YOĞURT, MERCİMEK KÖFTE	
	450	650	400		1500
2 Ekim 2026 Cuma	SADE OMLET, LABNE, YEŞİL ZEYTİN, HAVUÇ DİLİMLERİ, REÇEL, MEYVE ÇAYI	ANTEP ÇORBASI, ALİ NAZİK, PİRİNÇ PİLAVI	SUPANGLE	YOĞURT, MEVSİM SALATA, GAVURDAĞ SALATA	
	350	750	300		1400
3 Ekim 2026 Cumartesi					
4 Ekim 2026 Pazar					
5 Ekim 2026 Pazartesi	HAŞLANMIŞ YUMURTA, BEYAZ PEYNİR,SİYAH ZEYTİN, TAHİN PEKMEZ, IHLAMUR	ANTEP ÇORBA, BEĞENDİLİ TAVUK, SADE KUSKUS	MEVSİM MEYVE, SÜT	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ, HAVUÇ RENDE, MOR LAHANA SALATASI	
	350	650	220		1220
6 Ekim 2026 Salı	ZEYTİNYAĞLI FIRIN PATATES, KAŞAR PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, BAL, SÜT	ETLİ ÇORBA, KURU FASULYE, PİRİNÇ PİLAVI	ANNE POĞAÇASI, LİMONATA	HAYDARİ, TURŞU	
	450	550	400		1400
7 Ekim 2026 Çarşamba	SADE OMLET, LABNE, SİYAH ZEYTİN, SALATALIK, REÇEL, IHLAMUR	MERCİMEK ÇORBA,İZMİR KÖFTE, SADE MAKARNA, AYRAN	KURU ÜZÜMLÜ CEVİZLİ KEK, SÜT	MEVSİM SALATA	
	350	750	420		1520
8 Ekim 2026 Perşembe	PANKEK, KAŞAR PEYNİRİ, YEŞİL ZEYTİN, KAKAOLU FINDIK KREMA, SÜT	NANELİ YOĞURT ÇORBA, BEZELYE YEMEĞİ, BULGUR PİLAVI	PATATESLİ KALEM BÖREK, AYRAN	YOĞURT	
	400	550	450		1400
9 Ekim 2026 Cuma	SADE OMLET, LABNE, SİYAH ZEYTİN,HAVUÇ DİLİMLERİ, TAHİN-PEKMEZ, MEYVE ÇAYI	ANTEP ÇORBA, MANTI, YOĞURT	PÖTİBÖR BİSKÜVİLİ SUPANGLE	ÇITIR KABAK, MEVSİM SALATA	
	350	650	350		1350
10 Ekim 2026 Cumartesi					
11 Ekim 2026 Pazar					
12 Ekim 2026 Pazartesi	SİMİT, ÜÇGEN PEYNİR, SİYAH ZEYTİN, ÇERİ DOMATES, KAKAOLU FINDIK KREMA, SÜT	DOMATES ÇORBASI, TAVUK ROTİ, PEYNİRLİ ERİŞTE, AYRAN	MEVSİM MEYVE, SÜT	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ, HAVUÇ RENDE, MOR LAHANA SALATASI	
	450	650	220		1320
13 Ekim 2026 Salı	OMLET, BEYAZ PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, BAL, KUŞBURNU ÇAYI	TAVUK SUYU ÇORBA, NOHUT YEMEĞİ, BULGUR PİLAVI	ISPANAKLI POĞAÇA, VİŞNE KOMPOSTO	YOĞURT, TURŞU	
	350	550	400		1300
14 Ekim 2026 Çarşamba	HAŞLANMIŞ YUMURTA, LABNE, SİYAH ZEYTİN, SALATALIK SÖĞÜŞ, REÇEL, IHLAMUR	MERCİMEK ÇORBA, TEKİRDAĞ KÖFTE-FIRIN PATATES, DOMATES SOSLU MAKARNA, AYRAN	PORTAKALLI EV KEKİ, SÜT	MEVSİM SALATA	
	350	750	420		1520
15 Ekim 2026 Perşembe	KALEM BÖREK, KAŞAR PEYNİRİ, YEŞİL ZEYTİN, KAKAOLU FINDIK KREMA, SÜT	DÜĞÜN ÇORBA, PIRASA YEMEĞİ, YOĞURT, ISLAK KEK	PEYNİRLİ MİLFÖY, AYRAN	BOL YEŞİLLİKLİ KISIR	
	450	550	400		1400
16 Ekim 2026 Cuma	SADE OMLET, LABNE, SİYAH ZEYTİN,HAVUÇ DİLİMLERİ, TAHİN PEKMEZ, MEYVE ÇAYI	SÜZME MERCİMEK ÇORBASI, ET DÖNER-ZEYTİNYAĞLI FIRIN PATATES, SOSLU MAKARNA, AYRAN	ÇİKOLATALI PUDİNG	KIVIRCIK-DOMATES SÖĞÜŞ- SALATALIK SÖĞÜŞ	
	350	750	350		1450
17 Ekim 2026 Cumartesi					
18 Ekim 2026 Pazar					
19 Ekim 2026 Pazartesi	HAŞLANMIŞ YUMURTA, BEYAZ PEYNİR,SİYAH ZEYTİN, TAHİN PEKMEZ, IHLAMUR	MERCİMEK ÇORBASI, ÇITIR TAVUK, TEREYAĞLI ERİŞTE, AYRAN	MEVSİM MEYVE, SÜT	MEVSİM YEŞİLLİKLERİ, HAVUÇ RENDE, MOR LAHANA SALATASI	
	350	650	220		1220
20 Ekim 2026 Salı	ZEYTİNYAĞLI FIRIN PATATES, KAŞAR PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, BAL, KUŞBURNU ÇAYI	DÜĞÜN ÇORBA, KURU FASULYE, PİRİNÇ PİLAVI	ANNE POĞAÇASI, LİMONATA	CACIK, TURŞU	
	450	550	400		1400
21 Ekim 2026 Çarşamba	SADE OMLET, LABNE, SİYAH ZEYTİN, SALATALIK, REÇEL, IHLAMUR	TARHANA ÇORBASI, İNEGÖL KÖFTE, SADE MAKARNA, AYRAN	BULUT KEKİ, SÜT	MEVSİM SALATA	
	350	750	420		1520
22 Ekim 2026 Perşembe	PANKEK, KAŞAR PEYNİRİ, YEŞİL ZEYTİN, KAKAOLU FINDIK KREMA, SÜT	TAVUK SUYU ÇORBASI, ISPANAK GRATEN, YOĞURT	PEYNİRLİ BÖREK, VİŞNE KOMPOSTO	ÇİĞKÖFTE	
	450	550	450		1450
23 Ekim 2026 Cuma	OMLET, LABNE, SİYAH ZEYTİN,HAVUÇ DİLİMLERİ, BAL, MEYVE ÇAYI	ANTEP ÇORBA, TİFTİK KEBABI, ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	KÖSTEBEK PASTA	YOĞURT, KEREVİZ SALATASI	
	350	750	450		1550

24 Ekim 2026 Cumartesi					
25 Ekim 2026 Pazar					
26 Ekim 2026 Pazartesi	SİMİT, ÜÇGEN PEYNİR, SİYAH ZEYTİN, ÇERİ DOMATES, KAKAOLU FINDIK KREMA, SÜT	YAYLA ÇORBA, HİNDİ SOTE, SADE KUSKUS, AYRAN	MEVSİM MEYVE, SÜT	PEYNİRLİ ROKA SALATA, HAVUÇ RENDE, MOR LAHANA SALATASI	
	450	650	220		1320
27 Ekim 2026 Salı	SEBZELİ OMLET, BEYAZ PEYNİR, YEŞİL ZEYTİN, REÇEL, KUŞBURNU ÇAYI	ETLİ ÇORBA, YEŞİL MERCİMEK, TEL ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI	DEREOTLU POĞAÇA, VİŞNE KOMPOSTO	YOĞURT, TURŞU	
	350	550	400		1300
28 Ekim 2026 Çarşamba	KALEM BÖREK, LABNE, YEŞİL ZEYTİN, BAL, KUŞBURNU ÇAYI	MERCİMEK ÇORBA, TAVUKLU NOHUTLU PİLAV, AYRAN		KIVIRCIK, DOMATES SÖĞÜŞ, SALATALIK SÖĞÜŞ, KORNİŞON TURŞU	
	450	750			1200
29 Ekim 2026 Perşembe	**RESMİ TATİL**				
30 Ekim 2026 Cuma	HAŞLANMIŞ YUMURTA, KAŞAR PEYNİR, SİYAH ZEYTİN, SALATALIK, REÇEL, IHLAMUR	ANTEP ÇORBA, MANTI, CEVİZLİ BAKLAVA	MOZAİK KEK, SÜT	YOĞURT, SEBZE BUKETİ	
	350	750	420		1520
31 Ekim 2026 Cumartesi					