



## TSK EĞİTİM VAKFI HAYDARPAŞA ÖĞRENCİ YURDU EKİM 2019 SABAH KAHVALTISI LİSTESİ



TARİH	GÜNLER	1	2	3	4	5	6	7	8
01/10/2019	SALI	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	SİMİT
02/10/2019	ÇARŞAMBA	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SUCUK KIZARTMA
03/10/2019	PERŞEMBE	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	POĞAÇA
04/10/2019	CUMA	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	KAKAOLU KEK
05/10/2019	CUMARTESİ	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	RULO BÖREK
06/10/2019	PAZAR	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	PATATES KIZARTMASI
07/10/2019	PAZARTESİ	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	SU BÖREĞİ
08/10/2019	SALI	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SİMİT
09/10/2019	ÇARŞAMBA	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	POĞAÇA
10/10/2019	PERŞEMBE	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	TEPSİ BÖREĞİ
11/10/2019	CUMA	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	SUCUK KIZARTMA
12/10/2019	CUMARTESİ	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	HAVUÇLU KEK
13/10/2019	PAZAR	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	PATATES KAVURMA
14/10/2019	PAZARTESİ	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	AÇMA
15/10/2019	SALI	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	PATATES KROKET
16/10/2019	ÇARŞAMBA	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SU BÖREĞİ
17/10/2019	PERŞEMBE	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	SUCUK KIZARTMA
18/10/2019	CUMA	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SOSLU KIZARTMA
19/10/2019	CUMARTESİ	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	SİMİT
20/10/2019	PAZAR	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	PATATES KIZARTMASI
21/10/2019	PAZARTESİ	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	SUCUK KIZARTMA
22/10/2019	SALI	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	POĞAÇA
23/10/2019	ÇARŞAMBA	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	PATATES KROKET
24/10/2019	PERŞEMBE	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	AÇMA
25/10/2019	CUMA	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	SİGARA BÖREĞİ
26/10/2019	CUMARTESİ	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	KAKAOLU KEK
27/10/2019	PAZAR	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	SUCUK KIZARTMA
28/10/2019	PAZARTESİ	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	PATATES KAVURMA
29/10/2019	SALI	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	SİMİT
30/10/2019	ÇARŞAMBA	ÇAY+ M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SOSLU KIZARTMA
31/10/2019	PERŞEMBE	ÇAY + SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SİYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES+SALATALIK	POĞAÇA



## TSK EĞİTİM VAKFI HAYDARPAŞA ÖĞRENCİ YURDU EKİM 2019 AKŞAM YEMEĞİ LİSTESİ



TARİH	GÜNLER	1. YEMEK	1. ANA YEMEK	2. ANA YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK	SALAT 1	SALAT 2	SALAT 3
01/10/2019	Salı	Mercimek Çor.	İslim Kebabı	Tavuk Kavurma	Tel.Şeh.Pirinç Pilavı	Yoğurt	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Patates Salatası
02/10/2019	Çarşamba	Düğün Çor.	Kuru Fasulye	Patates Musakka	Bulgur Pilavı	Kavun	Turşu	Çoban Sal.	Cacık
03/10/2019	Perşembe	Ezogelin Çor.	Tavuk Pirzola	Izgara Köfte	Soslu Makarna	Sütlac	Havuç Sal.	Acılı Ezme	Kısır
04/10/2019	Cuma	Tavuk Suyu Çor.	Taze Fasulye	Kabak Sandal	Tepsi Böreği	Elma	Havuç Tarator	Çoban Sal.	Makarna Salatası
05/10/2019	Cumartesi	Arpa Şeh.Çor.	Biber Dolması	Tavuklu Bezelye	Meyhane Pilavı	Yoğurt	Havuç Sal.	Mevsim Salata	Acılı Ezme
06/10/2019	Pazar	Mercimek Çor.	Topkapı Piliç	Nohut Yemeği	Pirinç Pilavı	Gazoz	Turşu	Çoban Sal.	Cacık
07/10/2019	Pazartesi	Yayla Çor.	İzmir Köfte	Fırın Baget	Soslu Makarna	Muz	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Göbek
08/10/2019	Salı	Ezogelin Çor.	Mevsim Balık	Tavuk Sote	Bulgur Pilavı	İrmik Helvası	Soğan Salata	Mevsim Salata	Zyt.Barbunya
09/10/2019	Çarşamba	Düğün Çor.	Mevsim Türlü	Karnabahar Graten	Erişte	Yoğurt	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Mercimek Köftesi
10/10/2019	Perşembe	Domates Çor.	Orman Kebabı	Ter.Tavuk Haşlama	Tel.Şeh.Pirinç Pilavı	Kemal Paşa t.	Havuç Tarator	Çoban Sal.	Pembe Sultan
11/10/2019	Cuma	Tavuk Suyu Çor.	Karniyarik	Çıtır Tavuk	Soslu Makarna	Armut	Havuç Sal.	Mevsim Salata	Haydari
12/10/2019	Cumartesi	Mercimek Çor.	İspanak	Yeşill Mercimek	Fırın Makarna	Yoğurt	Havuç Tarator	Çoban Sal.	Şakşuka
13/10/2019	Pazar	Tel. Şeh. Çor.	Pürelü Kadınbudu Köfte	Kuru Fasulye	Sebzeli Pillav	Ayran	Turşu	Çoban Sal.	Cacık
14/10/2019	Pazartesi	Buğ. Yoğurt Çor.	Tavuklu Kabak Sandal	Patates Musakka	Soslu Makarna	Aşure	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Kısır
15/10/2019	Salı	Domates Çor.	Tavuklu Yufka Kebabı	Et Döner	Meyhane Pilavı	Gazoz	Soğan Salata	Mevsim Salata	Yoğ.Rus Salatası
16/10/2019	Çarşamba	Ezogelin Çor.	Taze Fasulye	Yeşill Mercimek	Fırın Makarna	Muz	Turşu	Etsiz Çiğde Köfte	Patates Salatası
17/10/2019	Perşembe	Düğün Çor.	Tavuk Şinitel	Sahan Köfte	Pirinç Pilavı	Ayran	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Piyaz ( Fasulye )
18/10/2019	Cuma	Mercimek Çor.	Sebze Graten	Kıymalı Bezelye	Soslu Makarna	Baklava	Havuç Tarator	Çoban Sal.	Kısır
19/10/2019	Cumartesi	Yayla Çor.	Karniyarik	Orman Kebabı	Bulgur Pilavı	Yoğurt	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Karnabahar Kızartması
20/10/2019	Pazar	Arpa Şeh.Çor.	Sebzeli Misket Köfte	Tavuk Kavurma	Tel.Şeh.Pirinç Pilavı	Elma	Havuç Tarator	Mevsim Salata	Acılı Ezme
21/10/2019	Pazartesi	Ezogelin Çor.	İspanak	Taze Fasulye	Soslu Makarna	Mozaik Pasta	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Mercimek Köftesi
22/10/2019	Salı	Tavuk Suyu Çor.	Çentik Kebabı	Fırın Baget	Pirinç Pilavı	Gazoz	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Göbek
23/10/2019	Çarşamba	Domates Çor.	Tavuklu Ankara Tava	Patates Musakka	Rulo Börek	Ayran	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Şakşuka
24/10/2019	Perşembe	Mercimek Çor.	Nohut Yemeği	Mevsim Türlü	Meyhane Pilavı	Tel Kadayıf	Turşu	Mevsim Salata	Cacık
25/10/2019	Cuma	Ezogelin Çor.	Mevsim Balık	Tavuk Kavurma	Soslu Makarna	Tahin helva	Soğan Salata	Çoban Sal.	Zyt.Barbunya
26/10/2019	Cumartesi	Düğün Çor.	Kadınbudu Köfte	Tav.Bezelye	Fırın Makarna	Armut	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Mercimek Köftesi
27/10/2019	Pazar	Tel. Şeh. Çor.	Topkapı Piliç	Patates Musakka	Pey.Tepsi Böreği	Yoğurt	Havuç Sal.	Çoban Sal.	Göbek
28/10/2019	Pazartesi	Yayla Çor.	Taze Fasulye	Mevsim Türlü	Bulgur Pilavı	Kazandibi	Havuç Tarator	Etsiz Çiğde Köfte	Makarna Salatası
29/10/2019	Salı	Mercimek Çor.	Hasanpaşa Köfte	Tv.Yufka Kebabı	Soslu Makarna	Mandalina	Havuç Sal.	Mevsim Salata	Haydari
30/10/2019	Çarşamba	Ezogelin Çor.	Tavuk Döner	Hünkar Beğendi	Tel.Şeh.Pirinç Pilavı	Ayran	Soğan Salata	Çoban Sal.	Kırmızı Pancar
31/10/2019	Perşembe	Tavuk Suyu Çor.	Kuru Fasulye	Fırın Baget	Meyhane Pilavı	Yoğurt	Turşu	Çoban Sal.	Soğan Salatası

