



ODTÜ GELİŞTİRME VAKFI
ÖZEL KOCAELİ OKULLARI

ODTÜ GELİŞTİRME VAKFI
ÖZEL KOCAELİ OKULLARI
MART 2025 MENÜ



3.03.2025 PAZARTESİ KAHVALTI	4.03.2025 SALI KAHVALTI	5.03.2025 ÇARŞAMBA KAHVALTI	6.03.2025 PERŞEMBE KAHVALTI	7.03.2025 CUMA KAHVALTI
PANKEK (228 cal) KAŞAR PEYNİR (113 cal) BAL (63 cal) IHLAMUR (20 cal)	MINİ PIZZA (136 cal) BEYAZ PEYNİR (233 cal) REÇEL(65 cal) EV YAPIMI MEYVE SUYU (35 cal)	HAŞLANMIŞ YUMURTA (100 cal) ZEYTİN (115 cal) HAVUÇ / SALATALIK SÖĞÜŞ(100cal) SÜT (44 cal)	OMLET (154 cal) BEYAZ PEYNİR (233 cal) HAVUÇ /MARUL SÖĞÜŞ(100cal) BITKİ ÇAY (20 cal)	SADE POĞAÇA I (236 cal) BAL (63 cal) KAŞAR PEYNİR (113 cal) KOMPOSTO (56cal)
ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE
SEBZE ÇORBA (112 cal) PATATES OTURTMA (259 cal) SOSLU SADE/SADE MAKARNA (178 cal) MEVSİM SALATA (50 cal)	MERCİMEK ÇORBA (178 cal) ORMAN KEBABI (326 cal) ŞEH. PİRİNÇ PİLAV (378 cal) MEYVE (100 cal)	TARHANA ÇORBA (151 cal) TÜRLÜ (262 cal) ERİŞTE KAVURMA (188 cal) YOĞURT (38 cal)	EZOĞELİN ÇORBA (158 cal) KURU FAŞULYE (273 cal) PİRİNÇ PİLAVI (158 cal) CACIK (50 cal)	DOMATES ÇORBA (158 cal) KÖRİ SOSLU PİLİÇ / (356 cal) SOSLU/SADE SPAGETTI (220 cal) PEMBE SULTAN (65 cal)
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
DOMATES ÇORBA (178 cal) KROTON EKMEK (184 cal)	MUSKA MİLFÖY BÖREK (130 cal) EV YAPIMI MEYVE SUYU (115 cal)	ÇİKOLATALI KEK (222 csl) BITKİ ÇAY (20 cal)	AÇMA (225 cal) IHLAMUR (20 cal)	PORTAKALI MUHALLEBİ (180 cal) MEYVELİ ÇAY (10 cal)
10.03.2025 PAZARTESİ KAHVALTI	11.03.2025 SALI KAHVALTI	12.03.2025 ÇARŞAMBA KAHVALTI	13.03.2025 PERŞEMBE KAHVALTI	14.03.2025 CUMA KAHVALTI
OMLET (154 cal) BEYAZ PEYNİR (233 cal) TAHİN PEKMEZ (53 cal) IHLAMUR (20 cal)	SİMİT (150 cal) KAŞAR PEYNİR (113 cal) HAVUÇ / SALATALIK SÖĞÜŞ(100cal) BITKİ ÇAY (20 cal)	HAŞLANMIŞ YUMURTA (100 cal) ZEYTİN (115 cal) REÇEL(65 cal) EV YAPIMI MEYVE SUYU (35 cal)	FİRİN PATATES (136 cal) KAŞAR PEYNİR (113 cal) HAVUÇ /MARUL SÖĞÜŞ(100cal) SÜT (44 cal)	PEYNIRLI POĞAÇA I (236 cal) BAL (63 cal) ZEYTİN (115 cal) KOMPOSTO (56cal)
ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE
TARHANA ÇORBA (125 cal) YEŞİL MERCİMEK (159 cal) SOSLU SADE/SADE MAKARNA (178 cal) YOĞURT (112 cal)	NANELİ YOĞURT ÇORBA (112 cal) SULU KÖFTE (230 cal) BULGUR PİLAVI (110 cal) MEYVE (100 cal)	SEBZE ÇORBA (128 cal) NOHUT (273 cal) Ş.PİRİNÇ PİLAVI(388 cal) CACIK (50 cal)	BROKOLİ ÇORBA (158 cal) MANTI/YOĞURT (183 cal) BARBUNYA (136 cal) MEVSİM SALATA (50 cal)	MERCİMEK ÇORBA (178 cal) TAVUK TANTUNİ /LAVAŞ (245cal) FİRİN PATATES (120 cal) AYRAN (50 cal)
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
HAVUÇLU KEK 169 cal) BITKİ ÇAY (20 cal)	SADE POĞAÇA (360 cal) EV YAPIMI MEYVE SUYU (115 cal)	MAKARNA SALATASI (120 cal) IHLAMUR (20 cal)	HİNDİSTAN CEVİZLİ KURABIYE (189 cal) MEYVELİ ÇAY (10 cal)	PI GÜNÜ (CUPCAKE) (245 ca) KOMPOSTO (56cal)
17.03.2025 PAZARTESİ KAHVALTI	18.03.2025 SALI KAHVALTI	19.03.2025 ÇARŞAMBA KAHVALTI	20.03.2025 PERŞEMBE KAHVALTI	21.03.2025 CUMA KAHVALTI
HAŞLANMIŞ YUMURTA (100 cal) BEYAZ PEYNİR (233 cal) REÇEL(65 cal) BITKİ ÇAY (20 cal)	MINİ PIZZA (136 cal) KAŞAR PEYNİR (113 cal) ZEYTİN (25 cal) IHLAMUR (20 cal)	KALEM BÖREK (126 cal) BEYAZ PEYNİR (233 cal) HAVUÇ /SALATALIK SÖĞÜŞ(100cal) EV YAPIMI MEYVE SUYU (115 cal)	AÇMA (225 cal) KAŞAR PEYNİR (113 cal) ZEYTİN (25 cal) KOMPOSTO (56cal)	OMLET (154 cal) BEYAZ PEYNİR (233 cal) HAVUÇ /MARUL SÖĞÜŞ(100cal) MEYVELİ ÇAY (10 cal)
ÖĞLE	ÖĞLE 18 MART ÇANAKKALE ZAFERİ ANISINA	ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE
TARHANA ÇORBA (151 cal) İSPANAK /YOĞURT (212 cal) SADE/BOLENEZ SOS /SPAGETTI (220 cal) MEVSİM SALATA (50 cal)	BUĞDAY ÇORBA (151 cal) KURU FAŞULYE (273 cal) Ş..PİRİNÇ PİLAVI(388 cal) ÜZÜM HOŞAFI	SEBZE ÇORBA (128 cal) IZGARA KÖFTE / FİRİN PATATES (292 cal) PİRİNÇ PİLAV (220 cal) AYRAN (50 cal)	EZOĞELİN ÇORBA (158 cal) BEZELYE (185 cal) PİRİNÇ PİLAV (220 cal) YOĞURT (112 cal)	YAYLA ÇORBA (112 cal) PATATESLİ ÇITIR TAVUK (266 cal) MISIRLI ARPA ŞEH PİLAVI(168 cal) HAVUÇ TARATOR (95 cal)
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
MEYVELİ PUDİNG (125 cal) IHLAMUR (20 cal)	DAMLA ÇİKOLATALI KEK (128 cal) SÜT (44 cal)	PATATESLİ RULO BÖREK (223 cal) BITKİ ÇAY (20 cal)	BROWNİ KEK (95 cal) IHLAMUR (20 cal)	LOKMA (236 cal) EV YAPIMI MEYVE SUYU (115 cal)
24.03.2025 PAZARTESİ KAHVALTI	25.03.2025 SALI KAHVALTI	26.03.2025 ÇARŞAMBA KAHVALTI	27.03.2025 PERŞEMBE KAHVALTI	28.03.2025 CUMA KAHVALTI
HAŞLANMIŞ YUMURTA (100 cal) KAŞAR PEYNİR (113 cal) REÇEL(65 cal) SÜT (44 cal)	AÇMA (225 cal) BEYAZ PEYNİR (233 cal) BAL (63 cal) IHLAMUR (20 cal)	KREP (208 cal) KAŞAR PEYNİR (113 cal) HAVUÇ /SALATALIK SÖĞÜŞ(100cal) BITKİ ÇAY (20 cal)	PANKEK (200 cal) BEYAZ PEYNİR (233 cal) REÇEL (53 cal) KOMPOSTO (56cal)	OMLET (154 cal) KAŞAR PEYNİR (113 cal) HAVUÇ /MARUL SÖĞÜŞ(100cal) EV YAPIMI MEYVE SUYU (115 cal)
ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE	ÖĞLE
MERCİMEK ÇORBA (178 cal) ET DÖNER/FİRİN PATATES (212 cal) PİRİNÇ PİLAV (220 cal) AYRAN (50 cal)	EZOĞELİN ÇORBA (158 cal) İZMİR KÖFTE (292 cal) BULGUR PİLAVI (115 ca) MEYVE (100 cal)	DOMATES ÇORBA (158 cal) P. MÜCVER (273 cal) NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI (158 cal) ÇİKOLATALI PUDİNG(250 cal)	YAYLA ÇORBA (112 cal) SEBZELİ PİLİÇ (313 cal) SADE/KÖRİ SOSLU MAKARNA (230 cal) MEVSİM SALATA (50 cal)	MERCİMEK ÇORBA (178 cal) HAMBURGER (330 cal) PATATES KIZ (378 cal) AYRAN (50 cal)
İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ	İKİNDİ
KALEM BÖREK (200 cal) EV YAPIMI MEYVE SUYU (115 cal)	DONAT (267 cal) IHLAMUR (20 cal)	SİMİT (150 cal) AYRAN (50 cal)	BARDAKTA SÜT MISIR (155 cal) BITKİ ÇAY (20 cal)	MEYVE SALATASI (123 cal) BITKİ ÇAY (20 cal)
31.03.2025 PAZARTESİ KAHVALTI				
RAMAZAN BAYRAMI 2.GÜN				