



Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı



2026/OCAK AYI ÇÖLYAK MENÜSÜ



GÜNLER	1. HAFTA	2. HAFTA	3. HAFTA	4. HAFTA	5. HAFTA
		5 Ocak 2026	12 Ocak 2026	19 Ocak 2026	26 Ocak 2026
PAZARTESİ		<i>Ispanak Çorbası</i>	<i>Brokoli Çorbası</i>	<i>Domates Çorbası</i>	<i>Mantar Çorbası</i>
		<i>Tavuk Sote</i>	<i>Pilav Üstü Kıyma Sote</i>	<i>Tavuk Tantuni</i>	<i>Etli Kuru Fasulye</i>
		<i>Pirinç Pilavı</i>	<i>Karışık Kızartma</i>	<i>Pirinç Pilavı</i>	<i>Pirinç Pilavı</i>
		<i>Ayran</i>	<i>Glutensiz Puding</i>	<i>Mevsim Salata</i>	<i>Turşu veya Şalgam</i>
		902 kkal	1100 kkal	900 kkal	900 kkal
		6 Ocak 2026	13 Ocak 2026	20 Ocak 2026	27 Ocak 2026
SALI		<i>Pirpirim Çorbası</i>	<i>Süzme Kırmızı Mercimek Çorbası</i>	<i>Tavuk Suyu Çorbası</i>	<i>Et Suyu Çorbası</i>
		<i>Etli Kış Türüsü</i>	<i>Tavuk Döner/Küp Patates</i>	<i>Kağıt Kebabı</i>	<i>Tavuklu Çökertme Kebabı</i>
		<i>Peynirli Tepsi Böreği</i>	<i>Pirinç Pilavı</i>	<i>Sebzeli Pirinç Pilavı</i>	<i>Glutensiz Makarna</i>
		<i>Portakal</i>	<i>Ayran veya Şalgam</i>	<i>Glutensiz Kazandibi</i>	<i>Kakaolu Glutensiz Muhallebi</i>
		900 kkal	1000	1165 kkal	1050 kkal
		7 Ocak 2026	14 Ocak 2026	21 Ocak 2026	28 Ocak 2026
ÇARŞAMBA		<i>Mercimek Çorbası</i>	<i>Tavuk Suyu Çorbası</i>	<i>Mantar Çorbası</i>	<i>Yayla Çorbası</i>
		<i>Tavuk Pirzola/Patates Kızartma</i>	<i>Pilav Üstü Et Kavurma</i>	<i>Piliç Topkapı</i>	<i>Pilav Üstü Mantarlı Et Sote</i>
		<i>Pirinç Pilavı</i>	<i>Karnabahar-Patates-Brokoli Kızartması</i>	<i>Erişteli Yeşil Mercimek</i>	<i>Patates Kızartması</i>
		<i>Fırın Sütlaç</i>	<i>Glutensiz Meyveli Kup</i>	<i>Limonlu Pelte</i>	<i>Haydari</i>
		1200 kkal	1150 kkal	1000 kkal	963 kkal
	1 Ocak 2026	8 Ocak 2026	15 Ocak 2026	22 Ocak 2026	29 Ocak 2026
PERŞEMBE		<i>Tavuk Suyu Çorbası</i>	<i>Tarhana Çorbası</i>	<i>Yoğurt Çorbası</i>	<i>Süzme Kırmızı Mercimek Çorbası</i>
	RESMİ TATİL	<i>Ekşili Köfte</i>	<i>Fırın Tavuk Şiş/Sebz Kızartma</i>	<i>Sebzeli Kebab</i>	<i>Tavuk Döner/Ayran</i>
		<i>Glutensiz Spagetti</i>	<i>Glutensiz Makarna</i>	<i>Pirinç Pilavı</i>	<i>Pirinç Pilavı</i>
		<i>Elma</i>	<i>Muz</i>	<i>Acılı Ezme</i>	<i>Fındıklı Kayısı Dolması</i>
		1000 kkal	1000 kkal	969 kkal	1020 kkal
	2 Ocak 2026	9 Ocak 2026	16 Ocak 2026	23 Ocak 2026	30 Ocak 2026
CUMA	<i>Mercimek Çorbası</i>	<i>Domates Çorbası/Kaşar Peyniri</i>	<i>Yoğurt Çorbası</i>	<i>Domatesli Çorbası</i>	<i>Çorbası</i>
	<i>Tavuk Kanat/Söğüş</i>	<i>Tavuk Büryan</i>	<i>Karışık Dolma/Yoğurt</i>	<i>Etli Lahana Sarması/Yoğurt</i>	<i>Tavuk Kızartma/Söğüş</i>
	<i>Pirinç Pilavı</i>	<i>Ispanak Borani</i>	<i>Nohut Tava</i>	<i>Barbunya Pilaki</i>	<i>Glutensiz Makarna</i>
	<i>Cevizli Tahinli Glutensiz Muhallebi</i>	<i>Çikolatalı</i>	<i>Cevizli İncir Dolması</i>	<i>Portakallı Glutensiz Muhallebi</i>	<i>Glutensiz Fırın Sütlaç</i>
	1250 kkal	1145 kkal	1100 kkal	1150 kkal	1090 kkal

