



TSK EĞİTİM VAKFI HAYDARPAŞA ÖĞRENCİ YURDU OCAK 2020 SABAH KAHVALTISI LİSTESİ



TARİH	GÜNLER	SABAH KAHVALTISI							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1/1/2020	Çarşamba	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	PATATES KAVURMA
1/2/2020	Perşembe	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	POĞAÇA
1/3/2020	Cuma	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	AÇMA
1/4/2020	Cumartesi	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	PATATES KAVURMA
1/5/2020	Pazar	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	SOSLU KIZARTMA
1/6/2020	Pazartesi	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SİMİT
1/7/2020	Salı	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	HAVUÇLU CEVİZLİ KEK
1/8/2020	Çarşamba	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	AÇMA
1/9/2020	Perşembe	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	SUCUK KIZARTMASI
1/10/2020	Cuma	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	POĞAÇA
1/11/2020	Cumartesi	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	PATATES KAVURMA
1/12/2020	Pazar	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SOSLU KIZARTMA
1/13/2020	Pazartesi	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	KAKOLU KEK
1/14/2020	Salı	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SİMİT
1/15/2020	Çarşamba	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ
1/16/2020	Perşembe	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	AÇMA
1/17/2020	Cuma	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	NESQUİK
1/18/2020	Cumartesi	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	PATATES KIZARTMASI
1/19/2020	Pazar	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	SOSLU KIZARTMA
1/20/2020	Pazartesi	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SİMİT
1/21/2020	Salı	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	SUCUK KIZARTMASI
1/22/2020	Çarşamba	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	POĞAÇA
1/23/2020	Perşembe	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	NESQUİK
1/24/2020	Cuma	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	AÇMA
1/25/2020	Cumartesi	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	SOSLU KIZARTMA
1/26/2020	Pazar	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	PATATES KAVURMA
1/27/2020	Pazartesi	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	TAHİN PEKMEZ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ
1/28/2020	Salı	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL+ TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	SİMİT
1/29/2020	Çarşamba	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	FINDIK EZMESİ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	AÇMA
1/30/2020	Perşembe	ÇAY+ SÜT	BEYAZ PEYNİR	KAŞAR P	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	BAL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	BİBER + MAYDANOZ	KAKOLU KEK
1/31/2020	Cuma	ÇAY + M.SUYU	BEYAZ PEYNİR	ERİTME P.	SIYAH + YEŞİL ZEYTİN	KARIŞIK REÇEL + TEREYAĞ	HAŞLANMIŞ YUMURTA	DOMATES + SALATALIK	NESQUİK



TSK EĞİTİM VAKFI HAYDARPAŞA ÖĞRENCİ YURDU OCAK 2020 AKŞAM YEMEĞİ LİSTESİ



TARİH	GÜNLER	1. YEMEK	1. ANA YEMEK	2. ANA YEMEK	3. YEMEK	4. YEMEK	SALAT 1	SALAT 2	SALAT 3
1/1/2020	Çarşamba	Mercimek Çorbası	Et Döner	Tavuklu Yufka Kebabı	Şehriyeli Pirinç Pilavı	Ayran	Acılı Ezme	Havuç Salatası	Göbek Salatası
1/2/2020	Perşembe	Yayla Çorbası	Kıymalı Biber Dolması	Taze Fasulye	Fırın Makarna	Yoğurt	Patates Salatası	Kırmızı Lahana	Lahana Salatası
1/3/2020	Cuma	Ezogelin Çorbası	Nohut	Karnabahar Graten	Şehriyeli Pirinç Pilavı	Portakal	Turşu	Cacık	Çoban Salatası
1/4/2020	Cumartesi	Tavuk Suyu Çor.	Tavuklu Kabak Sandal	Mevsim Türlü	Soslu Spagetti Makarna	Elma	Kısır	Biber Borani	Havuç Salatası
1/5/2020	Pazar	Mercimek Çorbası	Garnitürlü Izgara Köfte	Tavuk Sote	Nohutlu Prinç Pilavı	Mandalina	Rus Salatası	Havuç Salatası	Göbek Salatası
1/6/2020	Pazartesi	Yayla Çorbası	Tavuk Kavurma	İçli Köfte	Meyhane Pilavı	Browni	Karnabahar Kızartması	Biber Borani	Çoban Salatası
1/7/2020	Salı	Ezogelin Çorbası	Etili Abant Kebabı	Garnitürlü Şinitzel	Cevizli Erişte	Kadayıf Tatlısı	Zeytinyağlı Pırasa	Kırmızı Lahana	Lahana Salatası
1/8/2020	Çarşamba	Tavuk Suyu Çor.	Tas Kebabı	Patatesli Fırın Baget	Soslu Spagetti Makarna	Sütlaç	Acılı Ezme	Yoğurtlu Patates	Çoban Salatası
1/9/2020	Perşembe	Düğün Çorbası	Tavuklu Bezelye	Mevsim Türlü	Tel.Şeh.Prinç Pilavı	Muz	Haydari	Havuç Salatası	Göbek Salatası
1/10/2020	Cuma	Mercimek Çorbası	Tavuklu Elbasan Tava	Taze Fasulye	Sebzeli Bulgur Pilavı	Yoğurt	Mücver	Kırmızı Lahana	Göbek Salatası
1/11/2020	Cumartesi	Ezogelin Çorbası	Etili Kabak Sandal	Yeşil Mercimek	Soslu Makarna	Mandalina	Patates Salatası	Havuç Salatası	Göbek Salatası
1/12/2020	Pazar	Düğün Çorbası	Mantarlı Et Sote	Orman Kebabı	Sarıköz Pilavı	Revani	Karnabahar Salatası	Haydari	Mevsim Salatası
1/13/2020	Pazartesi	Mercimek Çorbası	Sebzeli Fırın Balık	Tavuk Kavurma	Soslu Spagetti Makarna	İrmik Helvası	Zeytinyağlı Barbunya	Sumaklı Soğan Salatası	Çoban Salatası
1/14/2020	Salı	Ezogelin Çorbası	Çentik Kebabı	Köri Soslu Tavuk	Yeşil Mercimekli Bulgur Pilavı	Franbuazlı Prenses Tatlısı	Biber Borani	Kırmızı Lahana	Göbek Salatası
1/15/2020	Çarşamba	Yayla Çorbası	İzmir Köfte	Tavuk Döner	Nohutlu Prinç Pilavı	Sütlaç	Yoğurtlu Borani	Havuç Salatası	Çoban Salatası
1/16/2020	Perşembe	Tavuk Suyu Çor.	Karniyarik	Yeşil Mercimek	Sebzeli Bulgur Pilavı	Balı Ballım Tatlısı	Zeytinyağlı Pırasa	Havuç Salatası	Göbek Salatası
1/17/2020	Cuma	Düğün Çorbası	Ekşili Köfte	Karnabahar Graten	Soslu Makarna	Tulumba Tatlısı	Mercimek Köftesi	Havuç Salatası	Çoban Salatası
1/18/2020	Cumartesi	Mercimek Çorbası	Kıymalı Patlıcan Musakka	Taze Fasulye	Peynirli Tepsi Böreği	Elma	Haydari	Ayva Kompostosu	Çoban Salatası
1/19/2020	Pazar	Tavuk Suyu Çor.	Etili Bahçıvan Kebabı	Tavuklu Kabak Sandal	Cevizli Erişte	Mandalina	Şakşuka	Kırmızı Lahana	Havuç Salatası
1/20/2020	Pazartesi	Mercimek Çorbası	Mantarlı Et Sote	Garnitürlü Fırın Baget	Sarıköz Pilavı	Aşure	Yoğurtlu Borani	Acılı Ezme	Mevsim Salatası
1/21/2020	Salı	Ezogelin Çorbası	Garnitürlü Izgara Köfte	Tavuk Sote	Tel.Şeh.Prinç Pilavı	Ayran	Rus Salatası	Havuç Salatası	Göbek Salatası
1/22/2020	Çarşamba	Yayla Çorbası	Et Döner	Terbiyeli Tavuk Haşlama	Nohutlu Prinç Pilavı	Cevizli Baklava	Patates Salatası	Acılı Ezme	Çoban Salatası
1/23/2020	Perşembe	Tavuk Suyu Çor.	Tavuklu Bezelye	Karnabahar Graten	Cevizli Erişte	Mandalina	Kısır	Kırmızı Lahana	Göbek Salatası
1/24/2020	Cuma	Düğün Çorbası	Kıymalı Kabak Dolması	Mevsim Türlüsü	Fırın Makarna	Yoğurt	Mercimek Köftesi	Havuç Salatası	Çoban Salatası
1/25/2020	Cumartesi	Mercimek Çorbası	Karniyarik	Kuru Fasulye	Tel.Şeh.Prinç Pilavı	Magnolia	Cacık	Turşu	Çoban Salatası
1/26/2020	Pazar	Tavuk Suyu Çor.	Garnitürlü Şinitzel	Tavuk Tantuni	Sarıköz Pilavı	Ayran	Rus Salatası	Kırmızı Lahana	Havuç Salatası
1/27/2020	Pazartesi	Ezogelin Çorbası	Çentik Kebabı	Köri Soslu Tavuk	Yeşil Mercimekli Bulgur Pilavı	Şekerpare	Biber Borani	Havuç Salatası	Göbek Salatası
1/28/2020	Salı	Mercimek Çorbası	Sebzeli Fırın Balık	Patatesli Fırın Baget	Soslu Makarna	Tahin Helva	Zeytinyağlı Barbunya	Sumaklı Soğan Salatası	Çoban Salatası
1/29/2020	Çarşamba	Düğün Çorbası	İzmir Köfte	Tavuk Sote	Tel.Şeh.Prinç Pilavı	Tel Kadayıf	Acılı Ezme	Yoğurtlu Patates	Mevsim Salatası
1/30/2020	Perşembe	Tavuk Suyu Çor.	Sahan Köfte	Nohut	Meyhane Pilavı	Ayran	Şakşuka	Turşu	Çoban Salatası
1/31/2020	Cuma	Yayla Çorbası	Tavuklu Bezelye	Karnabahar Graten	Cevizli Erişte	Sütlaç	Kısır	Kırmızı Lahana	Göbek Salatası