

T.C.
ZONGULDAK VALİLİĞİ
Alaplı / Alaplı Borsa İstanbul Fen Lisesi Müdürlüğü
Ekim Ayı Pansiyon Yemek Menüsü

Tarih	Sabah	Öğle	Akşam	Ara Öğün
01 Ekim 2025 Çarşamba	Domates, Salatalık, Beyaz Peynir, Siyah Zeytin, Kaşarlı Ekmek, Bal, Tereyağı, Ekmek, Çay	Domates Çorbası, Tavuk sote, bulgur pilavı , ayran	Domates Çorbası, Tavuk yemeği, bulgur pilavı , ayran	pizza, çay, meyve suyu
02 Ekim 2025 Perşembe	salatalık kaşar peyniri, yeşil zeytin ,yumurta omlet, fındık krema, tahin, ekmek, çay	tavuk çorbası, türlü yemeği, makarna, kemal paşa,	tavuk çorbası, kuru fasulye yemeği, makarna, kemal paşa,	kek, çay, meyve
03 Ekim 2025 Cuma	Domates, Beyaz Peynir, Siyah Zeytin, Ekmek,, Tereyağı, Ekmek, Çay ,poğaça, reçel	mercimek , orman kebabı, şehriyeli bulgur ,salata	mercimek , kavurma, şehriyeli bulgur ,salata	çikolatalı milföy, çay, süt
04 Ekim 2025 Cumartesi	salatalık, kaşar peyniri, yeşil zeytin, sucuklu yumurta, ekmek ,çay, tahin, helva	şehriye çorbası, mantı, fırında patates, kemal paşa	şehriye çorbası, mantı, fırında patates, kemal paşa	poğaça, çay, meyve suyu,
05 Ekim 2025 Pazar	Domates, Beyaz Peynir, Siyah Zeytin, Ekmek, menemen, fındık krema, çay, bal	yayla çorbası, bezelye, bulgur pilavı, ayran	yayla çorbası, fırında patates, bulgur pilavı, ayran	pide, çay, kek
06 Ekim 2025 Pazartesi	salatalık, kaşar peyniri, yeşil zeytin, haşlama yumurta, ekmek ,çay, tahin, pekmez, reçel	tarhana çorbası, nohut yemeği, esmer bulgur pilavı, meyve	tarhana çorbası, ıspanak yemeği, esmer bulgur pilavı, meyve	tarçınlı kek, çay, süt,
07 Ekim 2025 Salı	Domates, Beyaz Peynir, Siyah Zeytin, Ekmek, poğaça, tereyağı, bal, çay	düğün çorbası, yoğurtlu makarna, şekerpare	düğün çorbası, yoğurtlu makarna, yeşil mercimek, şekerpare	poğaça, çay, meyve suyu
08 Ekim 2025 Çarşamba	salatalık, kaşar peyniri, yeşil zeytin, patatesli omlet, ekmek ,çay, fındık kreması, reçel	mısır çorbası, pirzola, bulgur pilavı sebzeli, ayran	mısır çorbası, pirzola, bulgur pilavı sebzeli, ayran	pizza, meyve, çay
09 Ekim 2025 Perşembe	Domates, Beyaz Peynir, Siyah Zeytin, Ekmek, patatesli börek, çay, reçel, bal	ezogelin çorbası, yeşil mercimek, makarna, yoğurt,	ezogelin çorbası, bezelye, makarna, yoğurt,	damla çikolatalı kek, süt
10 Ekim 2025 Cuma	salatalık, kaşar peyniri, yeşil zeytin, haşlama yumurta, ekmek, çay, fındık kreması, helva, tahin	mercimek çorbası, kavurma, pirinç pilavı, salata	mercimek çorbası, kavurma, pirinç pilavı, salata	poğaça, kek, çay
11 Ekim 2025 Cumartesi	Domates, Beyaz Peynir, Siyah Zeytin, menemen, bal, reçel, ekmek, çay	yoğurt çorbası, ıspanak yemeği, makarna, meyve	yoğurt çorbası, patates yemeği, makarna, meyve	pide, çay, meyve
12 Ekim 2025 Pazar	salatalık kaşar peyniri, yeşil zeytin ,peynirli yumurta, bal, helva, ekmek, çay	domates çorbası, bezelye, pilav, ayran	domates çorbası, nohut, pilav, ayran	milföy, çay, süt
13 Ekim 2025 Pazartesi	domates, beyaz peynir, haşlama yumurta, ekmek, çay, reçel, tereyağı, siyah zeytin	tarhana çorbası, barbunya, pilav, yoğurt	tarhana çorbası, kuru fasulye, pilav, yoğurt	mozaik kek, süt, çay
14 Ekim 2025 Salı	salatalık, kaşar peynir, poğaça, fındık kreması, tahin pekmez, yeşil zeytin, ekmek, çay	sebze çorbası, yeşil mercimek, napoliten makarna, meyve	sebze çorbası, patates yemeği, napoliten makarna, meyve	çikolatalı milföy, meyve, çay
15 Ekim 2025 Çarşamba	domates, beyaz peynir, patatesli yumurta, bal, tereyağ, ekmek, çay siyah zeytin	mercimek çorbası, baget, bulgur pilavı, ayran	mercimek çorbası, baget, bulgur pilavı, ayran	pizza, çay, meyve suyu
16 Ekim 2025 Perşembe	salatalık, kaşar peynir, ıspanaklı börek, tahin helva, yeşil zeytin, ekmek, çay	domates çorbası, türlü yemeği, makarna, cacık	domates çorbası, fırın patates, makarna, cacık	limonlu kek, meyve, çay

Sena ACAR
Aşçı

Hasan DENİZ
Öğrenci Temsilcisi

Kadir Süleyman KARAKOL
Pans. Sorumlu Md. Yardımcısı

İLHAN USTA
Okul Müdürü

T.C.
ZONGULDAK VALİLİĞİ
Alaplı / Alaplı Borsa İstanbul Fen Lisesi Müdürlüğü
Ekim Ayı Pansiyon Yemek Menüsü

Tarih	Sabah	Öğle	Akşam	Ara Öğün
17 Ekim 2025 Cuma	domates, beyaz peynir, siyah zeytin, ekme�, bal, çay, reçel, ha�lama yumurta	ezogelin �orbası, tas kebabı, esmer bulgur pilavı, kemal pa�a tatlısı	ezogelin �orbası, tas kebabı, esmer bulgur pilavı, kemal pa�a tatlısı	po�a�a, süt, �ay
18 Ekim 2025 Cumartesi	salatalık, ka�ar peyniri, yeşil zeytin, menemen, ekme�, çay, tahin, pekmez	yoğurt �orbası, yeşil mercimek, makarna, kemal pa�a tatlısı	yoğurt �orbası, yeşil mercimek, makarna, kemal pa�a tatlısı	patatesli pide, çay, meyve suyu
19 Ekim 2025 Pazar	domates, beyaz peynir, sucuklu yumurta, siyah zeytin, ekme�, çay	mercimek �orbası, fırın patates, mantı, meyve	mercimek �orbası, fırın patates, mantı, meyve	po�a�a, kek, �ay
20 Ekim 2025 Pazartesi	salatalık, ka�ar peynir, ha�lama yumurta, ekme�, çay, bal, tereyağı, yeşil zeytin	tarhana �orbası, kuru fasulye, piriç pilavı, yoğurt	tarhana �orbası, kuru fasulye, piriç pilavı, yoğurt	po�a�a, kek, �ay
21 Ekim 2025 Salı	domates, beyaz peynir, reçel, siyah zeytin, fındık kreması, ekme�, çay, patatesli milföy	d���n �orbası, bezelye yemeği, makarna, meyve	d���n �orbası, fırın patates yemeği, makarna, meyve	po�a�a ,meyve ,�ay
22 Ekim 2025 �ar�amba	salatalık, ka�ar peyniri, yeşil zeytin, ekme�, çay, peynirli yumurta, bal, tereyağı	mısır �orbası, tavuk sote, bulgur pilavı, ayran	mısır �orbası, tavuk sote, bulgur pilavı, ayran	pizza, çay, meyve suyu
23 Ekim 2025 Perşembe	domates, beyaz peynir, siyah zeytin, ıspanaklı börek, ekme�, çay, pekmez, tahin	tavuk �orbası, makarna, kapuska yemeği, salata	tavuk �orbası, makarna, pırasa yemeği, salata	tar�nlı kek, süt, �ay
24 Ekim 2025 Cuma	salatalık, ka�ar peyniri, yeşil zeytin, ekme�, çay, ha�lama yumurta, fındık krema, pekmez	ezogelin çorba, rosto, pilav, cacık	ezogelin çorba, rosto, pilav, cacık	milföy, çay, meyve
25 Ekim 2025 Cumartesi	domates, beyaz peynir, siyah zeytin, ekme�, çay, menemen, reçel, helva	�ehriye �orbası, fırın makarna, patates, kemal pa�a	�ehriye �orbası, fırın makarna, patates, kemal pa�a	pide, çay, meyve suyu
26 Ekim 2025 Pazar	salatalık, ka�ar peyniri, yeşil zeytin, ekme�, çay, sucuklu yumurta, bal, tahin	mercimek �orbası, tavuk, makarna, ayran	mercimek �orbası, tavuk, makarna, ayran	po�a�a, çay, süt
27 Ekim 2025 Pazartesi	domates, beyaz peynir, siyah zeytin, ekme�, çay, ha�lama yumurta, reçel, tereya�	tarhana �orbası, nohut yemeği, �ehriyeli bulgur, meyve	tarhana �orbası, barbunya, �ehriyeli bulgur, meyve	damla çikolatalı kek, çay, meyve
28 Ekim 2025 Salı	salatalık, ka�ar peyniri, yeşil zeytin, po�a�a, çay, ekme�, fındık krema, tahin	domates �orbası, patates fırında, mercimekli bulgur pilavı, cacık	domates �orbası, fasulye, mercimekli bulgur pilavı, cacık	milföy, çay, meyve suyu
29 Ekim 2025 �ar�amba	domates, beyaz peyniri, siyah zeytin, ekme�, çay, patatesli yumurta, reçel, bal	mısır �orbası, pirzola, bulgur pilavı, ayna	mısır �orbası, pirzola, bulgur pilavı, ayna	pizza, çay, süt
30 Ekim 2025 Perşembe	salatalık, ka�ar peyniri, yeşil zeytin, ekme�, çay, fındık kreması, tahin, helva	ezogelin çorba, karnabahar graten, makarna, bisküvi pastası	ezogelin çorba, patates yemeği, makarna, bisküvi pastası	limonlu kek, çay, meyve
31 Ekim 2025 Cuma	domates, salatalık, beyaz peyniri, siyah zeytin, tereya�, haşlanmış yumurta, fındık ezmesi, çay ,ekme�	domates �orbası, kavurma, �ehriyeli bulgur pilavı, salata	domates �orbası, kavurma, �ehriyeli bulgur pilavı, salata	pide, çay, süt

Sena ACAR
A çı

Hasan DENİZ
Öğrenci Temsilcisi

Kadir Süleyman KARAKOL
Pans. Sorumlu Md. Yardımcısı

İLHAN USTA
Okul Müdürü