

AKILLI AFACANLAR OCAK 2026 YEMEK LİSTESİ

Tarih	01 Ocak 2026 Perşembe				Kalori	02 Ocak 2026 Cuma				Kalori															
SABAH KAHVALTISI						AKIÇ BUFE KAHVALITI- POĞAÇA				650															
						MERCİMEK ÇORBA				164															
						KIYMALI BIBER DOLMASI				131															
					Resmi Tatil	MEVSİM SALATA				141															
						YOĞURT				50															
İKİNDİ KAHVALTISI						PUDİNG				119															
						MEYVE				90															
Tarih	05 Ocak 2026 Pazartesi				Kalori	07 Ocak 2026 Çarşamba				Kalori	08 Ocak 2026 Perşembe				Kalori	09 Ocak 2026 Cuma				Kalori					
SABAH KAHVALTISI					650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- MISIR GEVREĞİ				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- SÜKLÜ YUMURTA				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- POĞAÇA			650						
					43	DÜĞÜN ÇORBASI				235	TARHANA ÇORBA				185	TAVUKSUYU ÇORBA			180						
					147	ROSTO KÖFTE				320	KABAK MÜÇVER				145	TURLU YEMEĞİ /YOĞURT			114						
					147	AYRAN				141	AYRAN				210	PIRİNÇ PILAVI			141						
					100	ERİŞTE				290	MAKARNA				178	SU BÖREĞİ			420						
İKİNDİ KAHVALTISI					269	EKMEK PIZZA				230	TUZLU KURABIYE				100	TURŞU			100						
					141	PORTAKAL SUYU				44	MILKSHAKE				111	MEYVE			90						
Tarih	12 Ocak 2026 Pazartesi				Kalori	13 Ocak 2026 Salı				Kalori	14 Ocak 2026 Çarşamba				Kalori	15 Ocak 2026 Perşembe				Kalori	16 Ocak 2026 Cuma				Kalori
SABAH KAHVALTISI					650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- KREP				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- TAVADA YUMU				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- MISIR GEVR		650		
					151	YOĞURT ÇORBA				170	EZOGELİN ÇORBA				180	ŞEHRİYE ÇORBA				180	YOĞURT ÇORBASI		112		
					275	ÇİĞ KÖFTE PARTİSİ				ORT 400	İSPANAK /YOĞURT				210	FIRINDA BIBER DOLMASI				79	TERBİYELİ KÖFTE		375		
					147	GASTRONOMİ ATÖLYESİ				KISIR					218	YOĞURT				50	ŞEHRİYE PILAVI		171		
					50					KARIŞIK SALATA						174	HAVUÇ TARATOR				120	KARIŞIK SALATA		178	
İKİNDİ KAHVALTISI					186	HAVUÇLU TARÇINLI KEK				310	SÜTLAÇ				300	MOZAIK PASTA				315	PATATES PÜRESİ		88		
					141	MILKSHAKE				111	MEYVE				90	ELMA SUYU				44	MEYVE		90		
											MAKARNA VB. (seçenek)				210	KUSKUS VB. (seçenek)				275	SÜT		150		
Tarih	19 Ocak 2026 Pazartesi				Kalori	20 Ocak 2026 Salı				Kalori	21 Ocak 2026 Çarşamba				Kalori	22 Ocak 2026 Perşembe				Kalori	23 Ocak 2026 Cuma				Kalori
SABAH KAHVALTISI					650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- PIŞI				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI-SOKLU YUMURT				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- OMLET				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- MISIR GEVR		650		
					175	TARHANA ÇORBA				151	EZOGELİN ÇORBA				180	NANELİ YOĞURT ÇORBA				170	YOĞURT ÇORBASI		162		
					50	SALÇALI KURU FASÜLİYE				350	PEYNİRLİ PATATES MÜÇVERİ				70	İZGARA PİLİÇ /PATATES				320	MERCİMEK YEMEĞİ		164		
					171	PIRİNÇ PILAVI				147	MAKARNA				210	PIRİNÇ PILAVI				147	MAKARNA		210		
					50	CACIK				141	AYRAN				141	HAVUÇ TARATOR				178	AYRAN		141		
İKİNDİ KAHVALTISI					375	SADE KURABIYE				315	BROWNİ				320	SADE KEK				310	BİSKÜVİLİ PASTA		164		
					44	MEYVE				90	SÜT				150	MILKSHAKE				111	MEYVE		90		
										275	MAKARNA (seçenek)				210	KUSKUS VB. (seçenek)				275	MAKARNA VB. (seçenek)		210		
Tarih	26 Ocak 2026 Pazartesi				Kalori	27 Ocak 2026 Salı				Kalori	28 Ocak 2026 Çarşamba				Kalori	29 Ocak 2026 Perşembe				Kalori	30 Ocak 2026 Cuma				Kalori
SABAH KAHVALTISI					650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- PIŞI				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- OMLET				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI-PANKEK				650	AKIÇ BUFE KAHVALITI- MISIR GEVR		650		
					230	DÜĞÜN ÇORBASI				235	DOMATES ÇORBA				175	TAVUKSUYU ÇORBA				132	MERCİMEK YEMEĞİ		164		
					275	TAVUK DÖNER /PATTS. KIZARTMASI				395	MANTI / YOĞURT				520	PATATESLİ BEZELEYE YEMEĞİ				350	ÇİTİR PİLİÇ		350		
					120	PIRİNÇ PILAVI				147	KARIŞIK SALATA				174	BULGUR PILAVI				275	MAKARNA		210		
					174	AYRAN				141	MEYVE				90	KARIŞIK SALATA				174	YEŞİL SALATA		150		
İKİNDİ KAHVALTISI					320	TOST				313	SÜT HELVASI				478	SADE KEK				310	TUZLU KURABIYE		100		
					90	PORTAKAL SUYU				44	SÜT				150	MEYVE				90	SÜT		150		
					210						MAKARNA VB. (seçenek)				210	KUSKUS VB. (seçenek)				275	ŞEHRİYE PILAVI VB. (seçenek)				