

## CHEF GAMZEM NİSAN AYI YEMEK LİSTESİ (STANDART)5 KAP

| Tarih      | Menü 1                      | Kalori | Menü 2                                | Kalori | Menü 3                     | Kalori | Menü 4            | Kalori | Menü 5        | Kalori | Toplam Kalori |
|------------|-----------------------------|--------|---------------------------------------|--------|----------------------------|--------|-------------------|--------|---------------|--------|---------------|
| 1.04.2026  | EZOĞELİN ÇORBASI            | 138    | NOHUT YAHHİSİ                         | 270    | BULGUR PİLAVI              | 290    | YOĞURT            | 84     | TURŞU         | 32     | 814           |
| 2.04.2026  | YAYLA ÇORBASI               | 132    | TEPSİ TAVUK KEBABI                    | 360    | NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI      | 241    | MEVSİM SALATA     | 24     | AYRAN         | 70     | 827           |
| 3.04.2026  | LEBENİYE ÇORBASI            | 250    | Z.YAĞLI TAZE FASULYE                  | 350    | ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI    | 241    | YOĞURT            | 84     | ŞEKERPARE     | 440    | 1365          |
| 4.04.2026  | MERCİMEK ÇORBASI            | 124    | LAHMACUN                              | 880    | YEŞİLLİK/LİMON             | 30     | SÖĞÜŞ             | 30     | AYRAN         | 70     | 1134          |
| 6.04.2026  | EZOĞELİN ÇORBASI            | 138    | TAVUKLU PİLAV                         | 450    | ISPANAK GRATEN             | 359    | AYRAN             | 70     | TURŞU         | 32     | 1049          |
| 7.04.2026  | TEL ŞEH. DOMATES ÇORBASI    | 105    | KARIŞIK KIZARTMA                      | 650    | FIRIN MAKARNA              | 242    | HALKA TATLI       | 170    | GAZOZ         | 105    | 1272          |
| 8.04.2026  | MERCİMEK ÇORBASI            | 124    | ETLİ KURU FASULYE                     | 420    | T. ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI | 241    | TURŞU             | 32     | SADE SODA     | 0      | 817           |
| 9.04.2026  | YOĞURLU TAVUK ÇORBASI       | 160    | SEBZELİ MİSKET KÖFTE                  | 400    | GARNİTÜRLÜ BULGUR PİL.V.   | 348    | K.LAHANA SALATASI | 21     | PUDİNG        | 65     | 994           |
| 10.04.2026 | KREMALI MANTAR ÇORBASI      | 138    | ŞİNİTZEL TAVUK/PATATES                | 750    | MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI      | 280    | AYRAN             | 70     | BİBER TURŞU   | 35     | 1273          |
| 11.04.2026 | ŞEFİN ÇORBASI               | 140    | YOĞURLU MAKARNA                       | 380    | SARIMSAKLI KÖFTE           | 843    | GAZOZ             | 105    | SÖĞÜŞ         | 30     | 1498          |
| 13.04.2026 | YAYLA ÇORBASI               | 132    | TEPSİ KEBABI                          | 400    | NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI      | 241    | AYRAN             | 70     | SÜTLAÇ        | 250    | 1093          |
| 14.04.2026 | YÜKSÜK ÇORBASI              | 200    | BARBEKÜ SOSLU TAVUK                   | 380    | MEYHANE PİLAVI             | 346    | CACIK             | 116    | KALEM BÖREK   | 240    | 1282          |
| 15.04.2026 | EZOĞELİN ÇORBASI            | 138    | LAZANYA KIYMALI                       | 500    | YOĞURT                     | 84     | FISTIKLI KADAYIF  | 300    | HAVUÇ TARATÖR | 120    | 1142          |
| 16.04.2026 | TEL ŞEH. DOMATES ÇORBASI    | 105    | PİLİÇ TOPKAPI                         | 480    | PEYNİRLİ MAKARNA           | 213    | MEVSİM MEYVE      | 94     | AYRAN         | 70     | 962           |
| 17.04.2026 | MERCİMEK ÇORBASI            | 124    | ETLİ FIRIN GÜVEÇ                      | 467    | PİRİNÇ PİLAVI              | 241    | MEVSİM SALATA     | 27     | SARIYER KOLA  |        | 859           |
| 18.04.2026 | LEBENİYE ÇORBASI            | 250    | ÇITIR TAVUK + PATATES                 | 750    | KISIR                      | 250    | TURŞU             | 32     | AYRAN         | 70     | 1352          |
| 20.04.2026 | TAVUK SUYU ÇORBASI          | 150    | PATLICAN<br>KEBABI(DOMATES/BİBER İLE) | 500    | MEYHANE PİLAVI             | 346    | YOĞURT            | 84     | MEVSİM SALATA | 27     | 1107          |
| 21.04.2026 | YAYLA ÇORBASI               | 132    | DOMATES SOSLU SPAGETTİ                | 380    | NUGGETS                    | 338    | İÇLİ KÖFTE        | 427    | TURŞU         | 32     | 1309          |
| 22.04.2026 | MERCİMEK ÇORBASI            | 124    | ALİ NAZİK                             | 600    | PİRİNÇ PİLAVI              | 241    | CACIK             | 116    | ŞALGAM        | 10     | 1091          |
| 23.04.2026 | KREMALI DOMATES ÇORBASI     | 150    | SEBZE GRATEN                          | 609    | YOĞURLU MAKARNA            | 330    | SALATA            | 27     | GAZLI İÇECEK  | 105    | 1221          |
| 24.04.2026 | EZOĞELİN ÇORBASI            | 138    | TAVUK SOTE                            | 380    | GARNİTÜRLÜ PİRİNÇ PLV.     | 350    | YOĞURT            | 84     | REVANİ        | 380    | 1332          |
| 25.04.2026 | YEŞİL MERCİMEK ERİŞTE ÇORBA | 200    | KIYMALI MAKARNA                       | 450    | PATATES KIZARTMASI         | 450    | AYRAN             | 70     | KISIR         | 80     | 1250          |
| 27.04.2026 | YAYLA ÇORBASI               | 132    | ET SOTE                               | 360    | TEL ŞEHRİYE PİRİNÇ PİLAV   | 241    | TURŞU             | 32     | ÇİĞ KÖFTE     | 100    | 865           |
| 28.04.2026 | MERCİMEK ÇORBASI            | 124    | KURU PAT.DOLMASI                      | 350    | SU BÖREĞİ                  | 500    | BİBER TURŞUSU     | 32     | CACIK         | 116    | 1122          |
| 29.04.2026 | TEL ŞEH. DOMATES ÇORBASI    | 105    | FIRINDA TAVUK                         | 400    | BULGUR PİLAVI              | 300    | TATLI             | 0      | AYRAN         | 70     | 875           |
| 30.04.2026 | YOĞURLU TAVUK ÇORBASI       | 160    | KADINBUDU KÖFTE                       | 260    | MAKARNA                    | 330    | SALATA            | 30     | MEYV.SODA     | 80     | 860           |



SİPARİŞ İLETİŞİM

5461608483

INSTAGRAM HESABI

chef\_gamzem

NOT: LÜTFEN YEMEK SİPARİŞ SAYISINDA DEĞİŞİKLİK OLACAK İSE BİR GÜN ÖNCE BİLGİ VERMENİZİ RİCA EDERİZ