PROKON-EKON MERKEZ ÖĞLE YEMEĞİ MENÜSÜ EYLÜL 2018

3 Eylül 2018 Pazartesi	4 Eylül 2018 Salı	5 Eylül 2018 Çarşamba	6 Eylül 2018 Perşembe	7 Eylül 2018 Cuma	8 Eylül 2018 Cumartesi	9 Eylül 2018 Pazar
TARHANA ÇORBA (198 Cal)	TAVUKSUYU ÇORBA(155 Cal)	EZOGELİN ÇORBA (180 Cal)	MISIR ÇORBA (190 Cal)	MERCİMEL ÇORBA (180 Cal)	HAFTA SONU TATİLİ	HAFTA SONU TATİLİ
ANADOLU ÇORBA (170 Cal)	BROKOLİ ÇORBA (187 Cal)	MANTAR ÇORBA (155 Cal)	DOMATES ÇORBA (170 Cal)	BUĞDAY ÇORBA (180 Cal)		
TAS KEBAB (380 Cal)	ETLİ NOHUT (240 Cal)	KADIKBUDU KÖFTE (390 Cal)	PİLİÇ BAGET (357 Cal)	İZMİR KÖFTE (197 Cal)		
MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI (303 CAL)	PİRİNÇ PİLAVI (260 Cal)	FIRIN MAKARNA (315 Cal)	İÇ PİLAV (359 Cal)	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI (280 Cal)		
ARPA ŞEHRİYE PİLAVI (200 Cal)	BULGUR PİLAVI (218 Cal)	SPAGETTİ(253 Cal)	MÜCEDDERE PİLAVI (279 Cal)	SEBZELİ BULGUR PİLAVI (230 Cal)		
ŞEKER PARE (310 Cal)	CACIK (140 Cal)	MEYVELİ PUDİNG (163 Cal)	KOMPOSTO (175 Cal)	MEVSİM MEYVESİ		
10 Eylül 2018 Pazartesi	**11 Eylül 2018 Salı**	**12 Eylül 2018 Çarşamba**	**13 Eylül 2018 Perşembe**	**14 Eylül 2018 Cuma**	**15 Eylül 2018 Cumartesi**	**16 Eylül 2018 Pazar**
EZOGELİN ÇORBA (180 Cal)	YÖRÜK ÇORBA (155 Cal)	TEL ŞEHRİRE ÇORBA (156 Cal)	GEMİCİ ÇORBA (185 Cal)	SOĞUK TOYGA AŞI ÇORBASI (102 Cal)	HAFTA SONU TATİLİ	HAFTA SONU TATİLİ
MENGEN ÇORBA (148 Cal)	HAVUÇ ÇORBA (145 Cal)	TOYGA ÇORBA (175 Cal)	DÜĞÜN ÇORBA (185 Cal)	SULTAN MAHMUT ÇORBASI (114 Cal)		
ETLİ TAZE FASULYE (290 Cal)	PÜRELİ ROSTO KÖFTE (348 Cal)	PATLICAN MUSAKKA (291 Cal)	ETLİ BİBER DOLMA (234 Cal)	YOĞURTLU SULTAN SARMA (230 Cal)		
PİRİNÇ PİLAVI (260 Cal)	CEVİZLİ ERİŞTE (260 Cal)	PİRİNÇ PİLAVI (260 Cal)	PUF BÖREĞİ (150 Cal)	ETLİ YAPRAK SARMA (249 Cal)		
BULGUR PİLAVI (218 Cal)	PEYNİRLİ MAKARNA (270 Cal)	BUHARA PİLAVI (251 Cal)	MİLFÖY BÖREK (276 Cal)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (260 Cal)		
MEVSİM MEYVESİ	DONDURMA (345 Cal)	YOĞURT (100 Cal)	MEYVE SUYU (200 Cal)	TULUMBA (425 Cal)		
17 Eylül 2018 Pazartesi	**18 Eylül 2018 Salı**	**19 Eylül 2018 Çarşamba**	**20 Eylül 2018 Perşembe**	**21 Eylül 2018 Cuma**	**22 Eylül 2018 Cumartesi**	**23 Eylül 2018 Pazar**
SÜZME MERCİMEK ÇORBA (180 Cal)	KÖYLÜ ÇORBA (188 Cal)	MAHLUTA ÇORBA (98 Cal)	TARHANA ÇORBA (198 Cal)	MERCİMEL ÇORBA (180 Cal)	HAFTA SONU TATİLİ	HAFTA SONU TATİLİ
BUĞDAY ÇORBA (148 Cal)	YAYLA ÇORBA (148 Cal)	SEBZE ÇORBA (160 Cal)	TEL ŞEHRİYE ÇORBA (156 Cal)	PATATES ÇORBA (130 Cal)		
KAYSERİ MANTI (390 Cal)	GÜVEÇ TÜRLÜ (207 Cal)	PİLİÇ PİRZOLA (357 Cal)	KAĞIT KEBABI (380 Cal)	ET DÖNER (450 Cal)		
SEBZE GRATEN (268 Cal)	KOL BÖREĞİ (260 Cal)	MEYHANE PİLAVI (198 Cal)	BULGUR PİLAVI (218 Cal)	PİRİNÇ PİLAVI (260 Cal)		
KARIŞIK KIZARTMA (295 Cal)	SU BÖREĞİ (260 Cal)	PİRİNÇ PİLAVI (260 Cal)	PİRİNÇ PİLAVI (260 Cal)	BULGUR PİLAVI (218 Cal)		
DONDURMA (345 Cal)	KOMPOSTO (175 Cal)	REVANİ (440 Cal)	KARIŞIK İÇECEK (240 Cal)	AYRAN (140 Cal)		
24 Eylül 2018 Pazartesi	**25 Eylül 2018 Salı**	**26 Eylül 2018 Çarşamba**	**27 Eylül 2018 Perşembe**	**28 Eylül 2018 Cuma**	**29 Eylül 2018 Cumartesi**	**30 Eylül 2018 Pazar**
DOMATES ÇORBA (170 Cal)	PİRİNÇ ÇORBA (165 Cal)	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA (170 Cal)	YÖRÜK ÇORBA (155 Cal)	EZOGELİN ÇORBA (180 Cal)	HAFTA SONU TATİLİ	HAFTA SONU TATİLİ
SEBZE ÇORBA (160 Cal)	ANADOLU ÇORBA (170 Cal)	MANTAR ÇORBA (155 Cal)	TARHANA ÇORBA(198 Cal)	YAYLA ÇORBA (148 Cal)		
ETLİ KURUFASULYE (295 Cal)	IZGARA KÖFTE PATATES (285 Cal)	YOĞURTLU ISPANAK (138 Cal)	TAVUK DÖNER (239 Cal)	ARNAVUT CİĞERİ (439 Cal)		
PİRİNÇ PİLAVI (260 Cal)	MANTI MAKARNA (260 Cal)	GÜL BÖREĞİ (375 Cal)	PİRİNÇ PİLAVI (260 Cal)	SPAGETTİ (253 Cal)		
BULGUR PİLAVI (218 Cal)	SOSOLU MAKARNA(262 Cal)	MİLFÖY BÖREK (246 Cal)	BULGUR PİLAVI (218 Cal)	FIRIN MAKARNA (315 Cal)		
YOĞURT (100 Cal)	MEYVE (Mevsim) TATLI (Kemalpaşa, Profiterol, Kazandibi)	KOMPOSTO (175 Cal)	KOLA-FANTA (240 Cal)	AŞURE (344 Cal)		

PROKON-EKON MERKEZ ÖĞLE SALATA MENÜSÜ EYLÜL 2018

3 Eylül 2018 Pazartesi	4 Eylül 2018 Salı	5 Eylül 2018 Çarşamba	6 Eylül 2018 Perşembe	7 Eylül 2018 Cuma	8 Eylül 2018 Cumartesi	9 Eylül 2018 Pazar
ZEYTİNYAĞLI BAMYA	ZEYTİNYAĞLI TAZE FASULYE	ZEYTİNYAĞLI KARNABAHAR	ZEYTİNYAĞLI MANTAR	ZEYTİNYAĞLI ISPANAK	HAFTA SONU TATİLİ	HAFTA SONU TATİLİ
KARIŞIK SALATA	AKDENİZ SALATA	DOMATESLİ YEŞİL SALATA	SIRALI SALATA	YEŞİL SALATA		
MERCİMEK KÖFTE	MAKARNA SALATA	PATLICAN SALATA	ACILI EZME	HAVUÇ SALATA		
TERE-ROKA SALATA	SOĞAN SALATA	KIRMIZI LAHANA SALATA	PATATES SALATA	ÇİĞ KÖFTE		
YOĞURT	KARIŞIK TURŞU	HAYDARİ	KISIR	SOĞAN SÖĞÜŞ		
10 Eylül 2018 Pazartesi	**11 Eylül 2018 Salı**	**12 Eylül 2018 Çarşamba**	**13 Eylül 2018 Perşembe**	**14 Eylül 2018 Cuma**	**15 Eylül 2018 Cumartesi**	**16 Eylül 2018 Pazar**
ZEYTİNYAĞLI KEREVİZ	ZEYTİNYAĞLI KABAK	ZEYTİNYAĞLI BÜRÜKSEL LAHANASI	ZEYTİNYAĞLI BROKOLİ	ZEYTİNYAĞLI FASULYE	HAFTA SONU TATİLİ	HAFTA SONU TATİLİ
MEVSİM SALATA	YEŞİL SALATA	ÇOBAN SALATA	PEYNİRLİ YEŞİL SALATA	GAVURDAĞ SALATA		
YOĞURTLU SEMİZ OTU	MISIR SALATA	DOMATESLİ TERE SALATA	KIRMIZI LAHANALI HAVUÇ SALATA	ÇİĞ KÖFTE		
YEŞİL MERCİMEK SALATA	KISIR	HUMUS	YOĞURTLU KÖZ BİBER	SOĞAN KAVURMA		
TARATOR	YOĞURT	BİBER TURŞU	MERCİMEK KÖFTE	KARIŞIK TURŞU		
17 Eylül 2018 Pazartesi	**18 Eylül 2018 Salı**	**19 Eylül 2018 Çarşamba**	**20 Eylül 2018 Perşembe**	**21 Eylül 2018 Cuma**	**22 Eylül 2018 Cumartesi**	**23 Eylül 2018 Pazar**
ZEYTİNYAĞLI BAMYA	ZEYTİNYAĞLI PATLICAN	ZEYTİNYAĞLI BROKOLİ	ZEYTİNYAĞLI TAZE FASULYE	ZEYTİNYAĞLI BEZELYE	HAFTA SONU TATİLİ	HAFTA SONU TATİLİ
KARIŞIK SALATA	AKDENİZ SALATA	BAHÇE SALATA	YEŞİL SALATA	KARIŞIK SALATA		
FASULYE PİYAZ	HAVUÇ SALATA	ÇİĞ KÖFTE	MISIR SALATA	SOĞAN SÖĞÜŞ		
ACILI EZME	ROKA SALATA	MAKARNA SALATA	BUĞDAY SALATA	KISIR		
KARIŞIK TURŞU	ARPA ŞEHRİYE SALATA	YOĞURT	KIRMIZI LAHANA	KARIŞIK TURŞU		
24 Eylül 2018 Pazartesi	**25 Eylül 2018 Salı**	**26 Eylül 2018 Çarşamba**	**27 Eylül 2018 Perşembe**	**28 Eylül 2018 Cuma**	**29 Eylül 2018 Cumartesi**	**30 Eylül 2018 Pazar**
ZEYTİNYAĞLI KABAK	ZEYTİNYAĞLI KARNABAHAR	ZEYTİNYAĞLI BRÜKSEL LAHANA	ZEYTİNYAĞLI MANTAR	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	HAFTA SONU TATİLİ	HAFTA SONU TATİLİ
SIRALI SALATA	MEVSİM SALATA	YEŞİL SALATA	ÇOBAN SALATA	BAHÇE SALATA		
MERCİMEK KÖFTE	HAVUÇ SALATA	RUS SALATA	PATATES SALATA	ÇİĞ KÖFTE		
YOĞURTLU MAKARNA SALATA	YEŞİL MERCİMEK SALATA	KISIR	HAVUÇLU KIRMIZI LAHANA	SOĞAN SALATA		
BİBER TURŞU	YOĞURTLU SEMİZ OTU	HAVUÇ SALATA	YOĞURT	KARIŞIK TURŞU		