

KAHVATI	KCAL	KOD
Açma	380	A1 A3- A14
Bal	15	
Beyaz Peynir	93	A4
Ceviz	31	A11
Çikolatalı Krep	215	A1- A3 -A4
Dilim Havuç	16	
Ekmek	64	A1
Gevrek	272	A1- A14
Kakaolu Süt	187	A4
Kaşar Peyniri	71	A4
Kaşarlı Tost	212	A1- A3
Kuru Kayısı	24	
Kuru Meyve	72	
Kuru Üzüm	91	
Labne Peynirli Ekmek	198	A1- A4
Milföy Böreği	212	A1- A3 -A4- A14
Omlet	101	A3
Poğaç	235	A1- A3- A4- A14
Reçel	28	
Sigara böreği	62	A1- A4
Soğuk Sandviç	171	A1- A4
Söğüş	15	
Süt	122	A4
T.Kaşar Peynirli Omlet	120	A3- A4
Tahin Pekmez	66	A14
Tereyağ	226	A4
Tereyağlı Ballı Ekmek	400	A1- A4
Tereyağlı Kaşar Peynirli Omlet	120	A4- A4- A3
Yumurta	77	A3
Yumurtalı Ekmek	174	A1- A3
Zeytin	8	

ÇORBA	KCAL	KOD
Alaca Çorbası	238	A1
Balkabağı Çorbası	29	A1- A4
Bezelye Çorbası	41	
Brokoli Çorbası	60	A1
Dereotlu Kabak Çorbası	148	A1- A4
Domates Çorbası	161	A1- A4
Domatesli Şehriye Çorbası	141	A1
Düğün Çorbası	122	A1- A3- A4
Erişteli Yeşil Mercimek Çorbası	188	
Erzincan Çorbası	120	A1- A4
Ezogelin Çorbası	217	A1
Gendime Çorbası	172	A1- A4
Havuç Çorbası	177	A1- A3- A4
Havuçlu Şehriye Çorbası	177	A1- A3- A4
Ispanak Çorbası	172	A4
Kabak Çorbası	148	A1- A4
Kafkas Çorbası	189	A1- A3- A9
Kaşarlı Domates Çorbası	31	A1- A4
Közlenmiş Biber Çorbası	49	A1
Kremalı Brokoli Çorbası	49	A1- A4
Kremalı Havuç Çorbası	177	A1- A4
Kremalı Mantar Çorbası	231	A1- A4
Kremalı Pırasa Çorbası	181	A1- A4
Kremalı Sebze Çorbası	190	A1- A3- A4-A9
Kremalı Şafak Çorbası	166	A1- A4
Labneli Pırasa Çorbası	129	A4
Mahluta Çorbası	74	
Mantar Çorbası	139	A1-A4
Maş Çorbası	57	
Mercimek Çorbası	76	
Minestrone Çorbası	294	A9
Oğmaç Çorbası	168	A1
Salçalı Mercimek Çorba	137	A1
Sebzeli Umaç Çorbası	124	A1- A3
Sütlü Buğday Çorbası	250	A1- A4
Sütlü Şafak Çorbası	166	A1- A4
Şehriye Çorbası	136	A1
Tarhana Çorbası	192	A1
Tavuk Suyu Çorbası	117	A1
Toyga Çorbası	201	A1- A3- A4
Vellutata Çorbası	140	A1- A3- A4
Yayla Çorbası	115	A1- A3- A4
Yeşil Mercimek Çorbası	121	A1
Yoğurt Çorbası	75	A1- A3- A4
Yüksük Çorbası	195	A1

ANA YEMEK-1	KCAL	KOD	YAN YEMEK	KCAL	KOD
Adana Kebap	897		Arabiata Soslu Makarna	345	A1
Akçaabat Köfte	75	A1	Arpa Şehriye Pilavı	342	A1
Akçaabat Köftesi	75	A1	Bolonez & Pesto Soslu Makarna	560	A1
Barbunya Fasülye Yemeği	415		Bolonez Soslu Makarna	560	A1
Beef Straganof	98		Bulgur Pilavı	291	A1
Beşamel Soslu Hindi	188,8	A1- A3	Bulgur Pilavı & Sebze Garni	291	A1
Beşamel Soslu Tavuk	298	A1- A4	Domates Soslu Dündük Makarna	337	A1
Çıtır Tavuk	529	A1- A3	Domatesli Pirinç Pilavı	124	
Çiftlik Kebabı	518		Domatesli Zeytinyağlı Pazı	187	
Dana Rosto	169		Elma Dilim Patates	250	
Dana Straganof & Püre	251	A4	Erişte Makarna	345	A1- A3
Domates Soslu Etli Nohut	285		Et Sulu Erişte Makarna	345	A1
Domates Soslu Kaşarlı Köfte	309	A1- A3	Et Sulu Kuskus Makarna	354	A1
Domates Soslu Minti Köfte	285	A1- A3	Fırın Domates-Biber	110	
Domates Soslu Yeşil Mercimek	257		Fırın Makarna	505	A4
Domatesli Minti Köfte	270	A1	Fırında Patates	93	
Dürüm Et Döner	301	A1	Garnitürlü Pirinç Pilavı	354	
Ekşili Köfte	231	A1- A3- A4	İç Pilav	139	
Elbasan Tava	195	A1- A3- A4	Kaşar Peynirli Patates Püresi	491	A4
Elma Dilimi Patates	250		Makarna	354	A1
Et Döner\Dürüm	301	A1	Mısırlı Pirinç Pilavı	303	
Et Sote	250		Napolitan Soslu Makarna	435	A1
Et Tantuni & Lavaş	168	A1	Nohutlu Pazı	29	
Etli Bezelye	298		Nohutlu Pirinç Pilavı	169	
Etli Biber Dolması	226		Özbek Pilavı	168	
Etli Domatesli Nohut	364		Patates Omlet	101	A3
Etli Kabak Dolması	247		Patates Püresi	88,4	A4
Etli Kış Türüsü	238		Patates Salatası	132	
Etli Kuru Fasülye	379		Patatesli Omlet	101	A3
Etli Nohut	364		Patatesli-Peynirli Börek	421	A4
Etli Orman Kebabı	256		Pesto Soslu Penne Makarna	457	A1
Etli Türlü	537		Peynirli Makarna	354	A1- A4
Fırında Hindi Tandır&Garni	141		Peynirli Penne Makarna	413	A1- A4
Fırında Kasap Köfte	189	A1- A3	Pirinç Pilavı	118	
Fırında Tavuk Baget	291		Pita Ekmek	275	A1
Gelişim Burger	312	A1	Sebzeli Arpa Şehriye Makarna	357	A1
Gelişim Burger	312		Sebzeli Arpa Şehriye Pilavı	458	A1
Gordon Blue	354	A1- A3	Sebzeli Burger Pilavı	107	A1
Hindi Burger	217	A1	Sebzeli Makarna	310	A1
Hindi Köfte	143		Sebzeli Pirinç Pilavı	354	

ANA YEMEK-1	KCAL	KOD	YAN YEMEK	KCAL	KOD
Hindi Köfte\Sebze Garnitür	172		Soğan Halkası	410,6	A1
Hindi Sote	225		Soslu Boncuk Makarna	337	A1
Hot Dog (Kasap Sosis)	289,7		Soslu Erişte Makarna	138	A1
Ispanak Borani	93		Soslu Karışık Kızartma	224	
Izgara Köfte	200	A1- A3	Soslu Makarna	337	A1
İnegöl Köfte&Pide&Sos	328		Su Böreği	653	A1- A4
İskender Döner	301		Şehriyeli Pirinç Pilavı	336	A1
İslim Kebabı	865	A1-A3	Tereyağlı Erişte	345	A1- A4
İzmir Köfte	248	A1- A3	Tereyağlı Köy Eriştesi (Balık)	345	A1-A4
Kabak Oturtma	151		Tricolore Makarna	267	A1
Kadınbudu Köfte	417	A1- A3	Yeşil Mercimekli Bulgur Pila	174	A1
Kadınbudu Köfte\Püre	417	A3	Zeytinyağlı Barbunya	263	
Karışık Pizza	344	A1- A4			
Karnıyarık	191				
Kasap Köfte	189	A1- A3			
Kasap Sosis Sote	150				
Kaşarlı Pide	215	A1- A4			
Kaşarlı Soslu Kasap Köfte	229	A1-A3-A4			
Kış Türüsü	238				
Kıymalı Bezelye	148				
Kıymalı Ispanak	276				
Kıymalı Karnabahar	187				
Kıymalı Kayseri Mantı	322	A1			
Kıymalı Lazanya	135	A1- A3- A4			
Kıymalı Mantı	322	A1			
Kıymalı Mercimek	257				
Kıymalı Patates	250				
Kıymalı Patlıcan Oturtma	120				
Kıymalı Pazı	124				
Kıymalı Pırasa	390				
Kıymalı Pide	289	A1			
Kıymalı Semiz Otu	274				
Kıymalı Yeşil Mercimek	256				
Lahmacun	221	A1			
Levrek Fileto	97	A5			
Mangalda Kasap Köfte&Garni	189	A1- A3			
Mantarlı Et Sote	169				
Menemen	177	A4			
Mezgit Pane	921	A5			
Misket Köfteli Bezelye	238	A1- A3			
Napoliten Soslu Makarna	435	A1			

ANA YEMEK-1	KCAL	KOD	YAN YEMEK	KCAL	KOD
Nohutlu Ekşili Köfte	347	A1- A3			
Orman Kebabı	256				
Osmanlı Mutfağı Akike Kebabı	239				
Paneli Çıtır Tavuk	529	A1-A3			
Patates Bonfrit	250				
Patates Oturtma	471				
Patlıcan Oturtma	201				
Peynirli Çıtır Mantı	285	A1- A4			
Pideli Tire Köfte	350	A1			
Rosto Köfte	217	A1- A3			
Rosto Köfte & Püre	169	A4			
Sardalya Balık	207	A5			
Sardalya Balık Fileto	210	A5-A1			
Sebzeli Et Sote	247				
Sebzeli Pizza	530	A1- A4			
Soslu Aynalı Kebap	302	A1- A3			
Soslu Misket Köfte	264	A1- A3			
Sucuklu Kuru Fasulye	194				
Tas Kebabı	343				
Tavuk Baget-Pomfrit	120				
Tavuk Döner	310				
Tavuk Şinitzel	1048	A1- A3			
Terbiyeli Etli Patates	218				
Terbiyeli Sulu Köfte	255	A1- A3-A4			
Urfa Kebap,Lavaş	265	A1			
Urfa Kebap\Lavaş	265	A1			
Üç Peynirli Börek	389	A1- A4			
Yaz Türlüsü	221				
Yeşil Mercimek Yemeği	257				

ZEYTİNYAĞLILAR SALATALAR	KCAL	KOD
Akdeniz Salata&Sos	130	A3- A4
Akdeniz Salatası	130	
Akdeniz Yeşillikli Roka	130	
Antep Köfte	230	
Avokadolu Akdeniz Salatası	256	
Avokadolu Mevsim Salata	45	
Avokadolu Roka Salata	148	
Avokadolu Yeşil Salata	256	
Bahçe Salatası	41	
Brokoli Salatası	78	
Brokolili Karnabahar Salatası	59,6	
Brüksel Lahanası	42,8	
Buğday Salatası	63	A1
Cacık	41	A4
Caponata	173	
Chia Tohumlu Akdeniz Salatası	486	
Cibes Salatası	88	
Coleslaw Salatası	152,5	A4
Çoban Salatası	38	
Domates&Roka&Turşu&Marul	34	
Domates-Marul-Turşu	218	
Domates-Roka-Söğüş	218	
Domates-Roka-Turşu	218	
Ege Salata & Sos	145	
Ege Salatası	145	A4
Elmalı Yeşil Mercimek Salatası	116	
Fasulye Piyaz	443	
Girit Salatası	185	A4
Havuç & Turp Salatası	59	
Havuçlu Brokoli Salatası	65	
Havuçlu Mısırlı Brüksel Lahanası	245	
İçli Köfte	153	A1
İtalyan Salatası	156	A3
Kabak Sıyırma	69	
Karışık Salata	123	
Karışık Salata Kuru Domatesli	258	
Karışık Turşu	70	
Karnabahar Kızartma	213	
Karnabahar Kızartması	213	
Karnabahar Salatası	58	
Kırmızı Lahana	31,1	
Kısır	374	A1
Köpoğlu Salata	320	
Köz Biber\Domates	19	
Közlenmiş Biber	27	
Közlenmiş Biber Salatası	67	

ZEYTİNYAĞLILAR SALATALAR	KCAL	KOD
Kuru Börölce Salatası	324	
Kuru Domatesli Akdeniz Salatası	130	
Kuru Domatesli Roka Salatası	93	
Kuru Domatesli Yeşil Salata	130	
Labneli Patlıcan Salatası	136	A4
Lorlu Biber Salata	187	A4
Lorlu Salatalık Ezmesi	111	A4
Mantar Sote	187	
Marul Cacığı	120	A4
Maş Fasülye Salatası	264	
Meksika Fasülye Salatası	160	
Meksika Fasülyeli Ege Salatası	150	
Mercimek Salatası	116	
Mevsim Salata	179	
Misket Peynirli Ege Salata	145	A4
Mor Lahana Salatası	73	
Mor Lahana Turşusu	17	
Mor Lahanalı Mevsim Salata	59	
Narlı Ispanak Salatası	57	
Narlı Ispanak Salatası	82	
Narlı Yeşil Salata	98	
Nohut Salatası	95	
Paçanga Böreği	371	A1- A4
Pancar Turşusu	65	
Pancarlı Ege Salatası	134	A4
Pancarlı Roka Salatası	93	
Pancarlı Tabule Salatası	235	A1
Patlıcan Salatası	77	A4
Patlıcan Silkme	286	
Peynirli Roka Salatası	93	A4
Roka Salatalık Domates	34	
Roka Salatası	93	
Roka\Domates\Salatalık	34	
Roka-Marul-Salatalık	34	
Rus Salatası	128	A3
Salatalık-Domates-Marul	218	
Sebzeli Tavuklu Noodle	768	
Sezar Salata & Sos	44	A3- A4
Siyah Zeytin Salatası	88	
Siyez Salata	104	A1
Soslu Karışık Kızartma	224	
Soslu Şakşuka	61	
Şalgamlı Bulgur Salatası	162	A1
Şehriye Salatası	140,6	A1

ZEYTİNYAĞLILAR SALATALAR	KCAL	KOD
Tabule Salatası	230	A1
Tavuklu İspanyol Salatası	184	
Top Peynirli Ege Salata	145	A4
Turp Salatası	59	
Üç Peynirli Börek	259	A1- A4
Yeşil Mercimek Salatası	116	
Yoğurt	122	A4
Yoğurtlu Ayrısalı Kereviz Salatası	130	A4
Yoğurtlu Bal Kabağı Salatası	71	A4
Yoğurtlu Elma Kereviz	25	A4- A9
Yoğurtlu Havuç Salatası	151	A4
Yoğurtlu Kabak Salatası	71	A4
Yoğurtlu Kereviz Salata	81	A4- A9
Yoğurtlu Közlenmiş Biber	96	A4
Yoğurtlu Kuru Domates Salatası	112	A4
Yoğurtlu Mor Lahana Salatası	166	A4
Yoğurtlu Pancar	72	A4
Yoğurtlu Pancar Salatası	72	A4
Yoğurtlu Patlıcan	65	A4
Yoğurtlu Patlıcan Salatası	65	A4
Yoğurtlu Semizotu	103	A4
Zeytin Salatası	144	
Zeytinli Makarna Salatası	452	
Zeytinyağılı Biber Dolması	147	
Zeytinyağılı Ispanak	77	
Zeytinyağılı Kabak	69	
Zeytinyağılı Kabak Sıyırma	69	
Zeytinyağılı Kabak Sıyırma	69	
Zeytinyağılı Kereviz	220	A9

ZEYTİNYAĞLILAR SALATALAR	KCAL	KOD
Zeytinyağlı Patlıcan	120	
Zeytinyağlı Pazi	113	
Zeytinyağlı Pırasa	114	
Zeytinyağlı Portakallı Kereviz	38	A9
Zeytinyağlı Semizotu	59	
Zeytinyağlı Taze Fasülye	73	

İKİNDİ KAHVALTISI	KCAL	KOD
Açma-Peynir	68	A1- A3- A4
Anne Poğaçası	117	A1- A3- A4
Browni Kek	287	A1- A3- A4
Cevizli Kek	221	A1- A3- A9
Cevizli Kurabiye	90	A1- A9
Cevizli-Üzümlü-Havuçlu Kek	593	A1- A4
Çatal Kurabiye	162	A1- A3- A4- A14
Çatlak Kurabiye	338	A1- A3
Çikolata Dolgulu Kurabiye	350	A1- A3
Çikolatalı Kurabiye	350	A1- A3
Çokoprens Kurabiye	153	A1
Damla Çikolatalı Kek	370,7	A1- A3- A4
Damla Çikolatalı Kurabiye	488	A1- A3
Dereotlu Poğaç	235	A1- A3-
Doğum Günü Pastası	250	A1- A3- A4
Elmalı Kurabiye	153	A1- A4- A9
Ev Poğaçası	235	A1- A3- A4
Fındıklı-Kakaolu Kek	176	A1- A3- A11
Havuçlu Cevizli Kek	213	A1- A3- A9
Havuçlu Kek	414,9	A1- A3- A9
Islak Kurabiye	186	A1- A3
İçi Çikolatalı Kurabiye	350	A1- A3
İki Renkli Kurabiye	147	A1- A3
Kakaolu Kek	285	A1- A3- A4
Kandil Simidi	70-80	A1- A4- A14
Karaköy Poğaç	225	A1- A3- A4- A14
Kaşarlı Tuzlu Kurabiye	123	A1- A4
Limonlu Kek	150	A1- A3
Lor Kurabiyesi	124	A1- A4
Mahlepli Kurabiye	103	A1- A3- A14
Mantar Kurabiye	205	A1- A3
Maydanozlu-Peynirli Poğaç	225	A1- A3- A4- A14
Milföy Böreği	212	A1- A4
Mozaik Kurabiye	338	A1- A4
Pastiç	560	A1- A4
Patatesli Poğaç	255	A1- A3- A4- A14
Peynirli Karaköy Poğaç	294	A1- A3
Peynirli Kurabiye	338	A1- A3- A4- A14
Peynirli Poğaç	235	A1- A3- A4-
Peynirli Rulo Kurabiye	335	A1- A4

İKİNDİ KAHVALTISI	KCAL	KOD
Peynirli Tuzlu Kek	242	A1- A3- A4- A14
Pişi-Peynir	122	A1- A4
Portakallı Kek	265	A1- A3
Rulo Tuzlu Kurabiye	123	A1- A3
Sigara Böreği	62	A1- A4
Soğuk Sandviç	123	A1- A4
Susamlı Simit	250	A1- A14
Tahinli Kurabiye	150	A1- A9- A14
Tuzlu Çubuk	193	A1- A3- A14
Tuzlu Kek	330	A1- A3- A4- A14
Tuzlu Kesme Kurabiye	123	A1- A3- A14
Tuzlu Kurabiye	123	A1- A3- A14
Tuzlu Peynirli Kek	230	A1- A3- A4
Un Kurabiyesi	128	A1- A3
Üzümlü Kek	324,5	A1- A3
Üzümlü Kurabiye	237	A1- A3

TALILAR	KCAL	KOD	MEYVE	KCAL	KOD
Çikolatalı Panna Cotta	295	A4	Armut	113	
Çikolatalı Puding	245	A1- A4	Çilek	57	
Dondurma	311	A4	Elma	101	
Kakaolu Puding	141,7	A1- A4	Erik	38	
Karamelli-Sakızlı Muhall	296	A1- A4-	Karpuz	73	
Krem Şokola	346	A4	Kavun	77	
Mozaik Pasta	368	A1- A4-A11	Kayısı	8	
Portakal Soslu Keşkül	336	A1- A4-A11	Kiraz	63	
Portakallı Panna Cotta	295	A4	Mandalina	70	
Sakızlı Muhallebi	313	A1- A4	Muz	100	
Supangle	245	A1- A4	Portakal	69	
Sütlü İrmik Tatlısı	262	A1- A4	Şeftali	63	
Şambali Tatlısı	350	A1	Üzüm	108	
Şekerpare Tatlısı	366	A1- A3			
Tahin Helvası	197	A14			
Tulumba Tatlısı	169	A1-A3			
Vişne Soslu Panna Cotta	320	A4			