

KASIM 2016 ÜNİVERSİTE MENÜSÜ

31.10.2016		1.11.2016		2.11.2016		3.11.2016		4.11.2016	
PAT. KARNİYARIK(190kcal)	ETLİ BAMYA(101kcal)	SEB.TAVUK SOTE(185kcal)	KIYMALI İSPANAK(158kcal)	MANTI(YOĞURTLU)(102kcal)					
ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI(157kcal)	PEYNİRLİ MAKARNA(150kcal)	BULGUR PİLAVI(114kcal)	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI(165kcal)	Z.YĞ.BEZELYE YEMEĞİ(50kcal)					
MERCİMEK ÇORBA(55kcal)	TARHANA ÇORBA(50kcal)	YAYLA ÇORBA(50kcal)	TOYGA ÇORBA(50kcal)	EZOĞELİN ÇORBA(50kcal)					
SALATA-CACIK-BAKLAVA	YOĞURT-SALATA-KEŞKÜL	MEYVE SUYU-REVANİ-AYRAN	MEYVE-SALATA-KADAYIF	PUDİNG-SALATA-MEYVE					
(89kcal)(259kcal)	(70kcal) (187kcal)	(64kcal) (310kcal)(80kcal)	(100kcal) (261kcal)	(99kcal) (100kcal)					
7.11.2016		8.11.2016		9.11.2016		10.11.2016		11.11.2016	
TAVUK ŞİNİTSEL(408kcal)	KIYMALI BEZELYE(90kcal)	ETLİ PAT.MUSAKKA(131kcal)	ET DÖNER(350kcal)	ETLİ KURU FASULYE(172kcal)					
PEYNİRLİ MAKARNA(150kcal)	SOSLU SPAGETTİ(108kcal)	BULGUR PİLAVI(114kcal)	SEB. PİRİNÇ PİLAVI(105kcal)	PİRİNÇ PİLAVI(140kcal)					
YÜKSÜK ÇORBA(90kcal)	YAYLA ÇORBA(50kcal)	EZOĞELİN ÇORBA(50kcal)	ŞEHRİYE ÇORBA(55kcal)	TAVUK ÇORBA(60kcal)					
KABAK TAT(CEVİZ)-PATATESKIZ-SAL.	MEYVE-SALATA-YOĞURT	TULUMBA TAT-CACIK-SALATA	AYRAN-TURŞU-İRMİK TATLISI	TURŞU-YOĞURT-SALATA					
(100kcal) (50kcal)	(100kcal) (70kcal)	(85kcal) (89kcal)	(80kcal)(10kcal)(100kcal)	(10kcal)(70kcal)					
14.11.2016		15.11.2016		16.11.2016		17.11.2016		18.11.2016	
K. KÖFTE(GARNİ)(285kcal)	KIY.PAT. OTURTMA(250kcal)	FIRIN TAVUK(300kcal)	ÇİFTLİK KÖFTE(214kcal)	ÇİTİR BALIK(170kcal)					
PEYNİRLİ MAKARNA(150kcal)	ŞEH.PİRİNÇ PİLAVI(157kcal)	MEYHANE PİLAVI(200kcal)	PİRİNÇ PİLAVI(140kcal)	SOSLU MAKARNA(108kcal)					
DOMATES ÇORBA(55kcal)	YAYLA ÇORBA(50kcal)	SEBZE ÇORBA(55kcal)	MANTAR ÇORBA(55kcal)	MERCİMEK ÇORBA(55kcal)					
AYRAN-PATATES KIZ.-SÜTLAÇ	SALATA-YOĞURT-KALBURABASTI	SALATA-PATATES KIZ.-TULUMBA	YOĞURT-SALATA-MUHALLEBİ	SALATA-TAHİN HELVA-MEYVE					
(80kcal)(50kcal)(96kcal)	(70kcal)(230kcal)	(50kcal) (85kcal)	(70kcal) (80kcal)	(197kcal) (100kcal)					
21.11.2016		22.11.2016		23.11.2016		24.11.2016		25.11.2016	
ETLİ TAZE FASULYE(230kcal)	ETLİ TÜRLÜ(150kcal)	ETLİ NOHUT(269kcal)	TAVUK DÖNER(340kcal)	PAT. KARNİYARIK(190kcal)					
NOH.BULGUR PİLAVI(145kcal)	SADE MAKARNA(110kcal)	PİRİNÇ PİLAVI(140kcal)	SOSLU MAKARNA(108kcal)	BULGUR PİLAVI(114kcal)					
YAYLA ÇORBA(50kcal)	MERCİMEK ÇORBA(55kcal)	TOYGA ÇORBA(50kcal)	KAŞ. DOMATES ÇORBA(62kcal)	MANTAR ÇORBA(55kcal)					
MEYVE-YOĞURT-BAKLAVA	MEYVE-YOĞURT-KOMPOSTO	TURŞU-YOĞURT-KADAYIF	MEYVE-AYRAN-SÜTLAÇ	YOĞURT-SALATA-KABAK TAT(CEVİZ)					
(100kcal)(70kcal)(259kcal)	(100kcal)(70kcal)(100kcal)	(10kcal)(70kcal)(261kcal)	(100kcal)(80kcal)(96kcal)	(70kcal) (100kcal)					