YALOVA ÜNİVERSİTESİ
university of yalova

# T.C. YALOVA ÜNİVERSİTESİ
## 2021 YILI KASIM AYI ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ

29.11.2026 13:22:04

| 01 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| TEL ŞEHRİYE ÇORBA (1) | 125 |
| ORMAN KEBABI | 256 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| MEYVE | 65 |
| **Toplam Kalori** | **615** |

| 02 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MAHLUTA ÇORBA (1) | 161 |
| SEBZELİ MİSKET KÖFTE (1,3) | 239 |
| ERİŞTE (DOM. BİB.) (1) | 244 |
| SÜTLAÇ (4) | 268 |
| **Toplam Kalori** | **912** |

| 03 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| PRENSES ÇORBA (1,3) | 122 |
| NOHUT | 285 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| PEMBE SULTAN SALATASI (3,4) | 262 |
| **Toplam Kalori** | **952** |

| 04 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| DOMATES ÇORBA (SÜTLÜ) (1,4) | 165 |
| TAVUK FAJİTA | 217 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| AYRAN (4) | 56 |
| **Toplam Kalori** | **607** |

| 05 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| KIYMALI ISPANAK | 167 |
| PEYNİRLİ BÖREK (1,4) | 194 |
| YOĞURT (4) | 130 |
| **Toplam Kalori** | **623** |

| 08 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| BROKOLİ ÇORBA (1,3,4) | 60 |
| KURU FASULYE | 267 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| TURŞU (12) | 45 |
| **Toplam Kalori** | **655** |

| 09 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| TAS KEBABI | 213 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| REVANİ (1,3,4) | 402 |
| **Toplam Kalori** | **916** |

| 10 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| TEL ŞEHRİYE ÇORBA (1) | 125 |
| TAVUK SOTE (MANTARLI) | 169 |
| MAKARNA (PEYNİRLİ) (1,4) | 308 |
| SALATA | 90 |
| **Toplam Kalori** | **692** |

| 11 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| YAYLA ÇORBA (1,3,4) | 98 |
| SEBZE MUSAKKA | 365 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| CACIK (4) | 128 |
| **Toplam Kalori** | **760** |

| 12 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| FIRIN BALIK (5) | 230 |
| Z.Y BARBUNYA | 356 |
| TAHİN HELVASI (14) | 470 |
| **Toplam Kalori** | **1193** |

| 15 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| TAVUK DÖNER | 149 |
| NOHUTLU PİLAV | 306 |
| AYRAN (4) | 56 |
| **Toplam Kalori** | **643** |

| 16 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| YAYLA ÇORBA (1,3,4) | 98 |
| ETLİ TÜRLÜ | 221 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| SUPANGLE (1,3,4) | 159 |
| **Toplam Kalori** | **647** |

| 17 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| TEL ŞEHRİYE ÇORBA (1) | 125 |
| MİTİDE KÖFTE (1,3) | 251 |
| MAKARNA (SOSLU) (1) | 206 |
| CACIK (4) | 128 |
| **Toplam Kalori** | **710** |

| 18 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| KREMALI TAVUK ÇORBA (1,4) | 65 |
| NOHUT | 285 |
| MISIRLI PİLAV | 336 |
| MEYVE | 65 |
| **Toplam Kalori** | **751** |

| 19 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| FIRIN BAGET (PAT. KIZART.) | 389 |
| PEYNİRLİ BÖREK (1,4) | 194 |
| AYRAN (4) | 56 |
| **Toplam Kalori** | **776** |

| 22 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| TARHANA ÇORBA (1,4) | 150 |
| KIYMALI YEŞİL MERCİMEK | 257 |
| KUSKUS MAKARNA (1) | 376 |
| MEYVE | 65 |
| **Toplam Kalori** | **848** |

| 23 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| FIRIN TAVUK BUT | 307 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| AYRAN (4) | 56 |
| **Toplam Kalori** | **664** |

| 24 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| TEL ŞEHRİYE ÇORBA (1) | 125 |
| ORMAN KEBABI | 256 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| SALATA | 90 |
| **Toplam Kalori** | **754** |

| 25 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| FIRIN TAVUK | 465 |
| MAKARNA (SOSLU) (1) | 206 |
| YOĞURT (4) | 130 |
| **Toplam Kalori** | **938** |

| 26 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| PRENSES ÇORBA (1,3) | 122 |
| KURU FASULYE | 267 |
| MISIRLI PİLAV | 336 |
| TURŞU (12) | 45 |
| **Toplam Kalori** | **770** |

| 29 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| TUTMAÇ ÇORBA (1,3) | 195 |
| KARNABAHAR GRATEN (1,3,4) | 213 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| CACIK (4) | 128 |
| **Toplam Kalori** | **705** |

| 30 KASIM 2021 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| TAS KEBABI | 213 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| BROWNİ (1,3,4) | 402 |
| **Toplam Kalori** | **1035** |

*MALZEME TEMİN EDİLEMEMESİ DURUMUNDA MENÜDE DEĞİŞİLİĞE GİDİLEBİLİR.
*HESAPLAMALARDA ROLL EKMEK DAHİL DEĞİLDİR.
ALERJENLER: 1 Glüten, 2 Kabuklular, 3 Yumurta, 4 Süt, 5 Balık, 6 Hardal, 7 Yer fıstığı, 8 Soya, 9 Kereviz, 10 Acı bakla, 11 Sert kabuklu meyveler, 12 Sülfit, 13 Yumuşakçalar, 14 Susam. (-) ALERJEN İÇERİĞİ HENÜZ GİRİLMEMİŞTİR; ALERJEN İÇERMEDİĞİ ANLAMINA GELMEZ.

| FİRMA YETKİLİSİ | ÖZGE TAŞKESMEZ<br>GIDA MÜHENDİSİ | Onur DOĞU<br>ŞUBE MÜDÜRÜ | Yalçın TOKAY<br>DAİRE BAŞKANI |
|---|---|---|---|