YALOVA ÜNİVERSİTESİ
university of yalova

T.C. YALOVA ÜNİVERSİTESİ
2022 YILI ARALIK AYI ÖĞLE YEMEK MENÜSÜ

29.11.2026 11:31:56

01 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
PRENSES ÇORBA (1,3)	122
NOHUT	285
BULGUR PİLAVI (1)	169
HAYDARİ (4)	134
Toplam Kalori	**710**

02 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MERCİMEK ÇORBA (1)	137
ETLİ TÜRLÜ	221
FIRIN MAKARNA (1,3,4)	292
TULUMBA TATLISI (1,3)	420
Toplam Kalori	**1070**

05 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
EZOGELİN ÇORBA (1)	132
TAVUK DÖNER	149
GÖKKUŞAĞI PİLAVI	306
AYRAN (4)	56
Toplam Kalori	**643**

06 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
TAVUK SUYU ÇORBA (1,3,4)	117
ETLİ TÜRLÜ	221
PİRİNÇ PİLAVI	283
MEYVE	65
Toplam Kalori	**686**

07 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MERCİMEK ÇORBA (1)	137
İZMİR KÖFTE (1,3)	197
ERİŞTE (DOM. BİB.) (1)	244
SALATA	90
Toplam Kalori	**668**

08 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MAHLUTA ÇORBA (1)	161
TAVUK SOTE (MANTARLI)	169
MAKARNA (PEYNİRLİ) (1,4)	308
Şam tatlısı (1)	330
Toplam Kalori	**968**

09 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
BAHÇEVAN KEBABI	403
PİRİNÇ PİLAVI	283
YOĞURT (4)	130
Toplam Kalori	**930**

12 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MERCİMEK ÇORBA (1)	137
Et Döner	239
PİRİNÇ PİLAVI	283
AYRAN (4)	56
Toplam Kalori	**715**

13 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
TEL ŞEHRİYE ÇORBA (1)	125
SEBZE MUSAKKA	365
BULGUR PİLAVI (1)	169
CACIK (4)	128
Toplam Kalori	**787**

14 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
EZOGELİN ÇORBA (1)	132
HASAN PAŞA KÖFTE (1,3)	282
ERİŞTE (DOM. BİB.) (1)	244
TULUMBA TATLISI (1,3)	420
Toplam Kalori	**1078**

15 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
BROKOLİ ÇORBA (1,3,4)	60
TAVUK FAJİTA	217
BULGUR PİLAVI (1)	169
AYRAN (4)	56
Toplam Kalori	**502**

16 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
YOĞURT ÇORBASI (1,3,4)	160
NOHUT	285
PİRİNÇ PİLAVI	283
TURŞU (12)	45
Toplam Kalori	**773**

19 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
EZOGELİN ÇORBA (1)	132
TAVUK DÖNER	149
PİRİNÇ PİLAVI	283
AYRAN (4)	56
Toplam Kalori	**620**

20 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MERCİMEK ÇORBA (1)	137
ETLİ TÜRLÜ	221
BULGUR PİLAVI (1)	169
Şam tatlısı (1)	330
Toplam Kalori	**857**

21 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
ÇOBAN KAVURMA	370
PİRİNÇ PİLAVI	283
HAYDARİ (4)	134
Toplam Kalori	**901**

22 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
TAVUK SUYU ÇORBA (1,3,4)	117
KURU FASULYE	267
BULGUR PİLAVI (1)	169
MEYVE	65
Toplam Kalori	**618**

23 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
EZOGELİN ÇORBA (1)	132
TAVUKLU TURNA KEBABI	340
ERİŞTE (DOM. BİB.) (1)	244
YOĞURT (4)	130
Toplam Kalori	**846**

26 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
NOHUT	285
PİRİNÇ PİLAVI	283
YOĞURT (4)	130
Toplam Kalori	**812**

27 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
TEL ŞEHRİYE ÇORBA (1)	125
FIRIN TAVUK	465
BULGUR PİLAVI (1)	169
SALATA	90
Toplam Kalori	**849**

28 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MAHLUTA ÇORBA (1)	161
ETLİ TÜRLÜ	221
PİRİNÇ PİLAVI	283
MEYVE	65
Toplam Kalori	**730**

29 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
EZOGELİN ÇORBA (1)	132
HASAN PAŞA KÖFTE (1,3)	282
MAKARNA (PEYNİRLİ) (1,4)	308
CACIK (4)	128
Toplam Kalori	**850**

30 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
TEL ŞEHRİYE ÇORBA (1)	125
KARNABAHAR GRATEN (1,3,4)	213
ERİŞTE (SADE) (1)	244
YOĞURT (4)	130
Toplam Kalori	**712**

*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 GIDA MÜHENDİSİ	Onur DOĞU ŞUBE MÜDÜRÜ	Yalçın TOKAY DAİRE BAŞKANI