YALOVA ÜNİVERSİTESİ
university of yalova

# T.C. YALOVA ÜNİVERSİTESİ
## 2026 YILI MART AYI AKŞAM YEMEK MENÜSÜ

29.11.2026 06:56:51

| 02 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| PRENSES ÇORBA (1,3) | 122 |
| ETLİ PATATES YEMEĞİ | 400 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| CACIK (4) | 128 |
| **Toplam Kalori** | **819** |

| 03 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| TAVUK SOTE | 288 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| ŞEKERPARE (1,3,4) | 420 |
| **Toplam Kalori** | **1009** |

| 04 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| KURU FASULYE | 267 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| MEYVE | 65 |
| **Toplam Kalori** | **752** |

| 05 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| HASAN PAŞA KÖFTE (1,3) | 282 |
| MAKARNA (SOSLU) (1) | 206 |
| AYRAN (4) | 56 |
| **Toplam Kalori** | **676** |

| 06 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| ELBASAN TAVA (TAVUK) (1,3,4) | 306 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| SALATA | 90 |
| **Toplam Kalori** | **702** |

| 09 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| DOMATES ÇORBA (1,4) | 160 |
| ÇOBAN KAVURMA | 370 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| AYRAN (4) | 56 |
| **Toplam Kalori** | **869** |

| 10 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| FIRIN TAVUK | 465 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| HAYDARİ (4) | 134 |
| **Toplam Kalori** | **1019** |

| 11 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| YAYLA ÇORBA (1,3,4) | 98 |
| NOHUT | 285 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| MEYVE | 65 |
| **Toplam Kalori** | **617** |

| 12 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| KIYMALI PATATES MUSAKKA | 468 |
| MAKARNA (PEYNİRLİ) (1,4) | 308 |
| SÜTLAÇ (4) | 268 |
| **Toplam Kalori** | **1176** |

| 13 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| TAVUK SUYU ÇORBA (1,3,4) | 117 |
| İSLİM KÖFTE (1,3) | 308 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| CACIK (4) | 128 |
| **Toplam Kalori** | **836** |

| 16 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| KURU FASULYE | 267 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| AYRAN/MEŞRUBAT (4) | 60 |
| **Toplam Kalori** | **742** |

| 17 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| BELEN TAVA | 221 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| AYRAN (4) | 56 |
| **Toplam Kalori** | **697** |

| 18 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| YAYLA ÇORBA (1,3,4) | 98 |
| ÇITIR TAVUK (1) | 150 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| SUPANGLE (1,3,4) | 159 |
| **Toplam Kalori** | **576** |

| 23 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| TAVUK SUYU ÇORBA (1,3,4) | 117 |
| KURU FASULYE | 267 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| YOĞURT (4) | 130 |
| **Toplam Kalori** | **797** |

| 24 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| KAĞIT KEBABI (ET) | 139 |
| MAKARNA (SOSLU) (1) | 206 |
| MEŞRUBAT | 60 |
| **Toplam Kalori** | **537** |

| 25 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| ÇOBAN KAVURMA | 370 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| AYRAN (4) | 56 |
| **Toplam Kalori** | **846** |

| 26 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| EZOGELİN ÇORBA (1) | 132 |
| SEBZELİ BELEN TAVA | 247 |
| MAKARNA (SOSLU) (1) | 206 |
| MEYVE | 65 |
| **Toplam Kalori** | **650** |

| 27 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| MERCİMEK ÇORBA (1) | 137 |
| PATLICAN MUSAKKA | 393 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| YOĞURT (4) | 130 |
| **Toplam Kalori** | **829** |

| 30 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| YAYLA ÇORBA (1,3,4) | 98 |
| ETLİ PATATES YEMEĞİ | 400 |
| BULGUR PİLAVI (1) | 169 |
| YOĞURT (4) | 130 |
| **Toplam Kalori** | **797** |

| 31 MART 2026 | |
|---|---|
| **YEMEK** | **Kalori** |
| YAYLA ÇORBA (1,3,4) | 98 |
| TAZE FASULYE | 200 |
| PİRİNÇ PİLAVI | 283 |
| MEŞRUBAT | 60 |
| **Toplam Kalori** | **641** |

*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 |
|---|---|---|---|