



**T.C.**  
**YALOVA ÜNİVERSİTESİ**  
**2019 YILI MAYIS AYI AKŞAM YEMEK MENÜSÜ**

		01.05.2019 ÇARŞAMBA		02.05.2019 PERŞEMBE		03.05.2019 CUMA			
				RESMİ TATİL	MERCİMEK ÇORBA	183 kcal	SALÇALI DÜĞÜN ÇORBA	145 kcal	
					TAVUK SOTE	330 kcal	Z.Y BİBER DOLMA	330 kcal	
					BULGUR PİLAVI	236 kcal	PEYNİRLİ BÖREK	420 kcal	
					ŞEKERPARE	420 kcal	CACIK	131 kcal	
<b>TOPLAM</b>	<b>kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>1169 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>1026 kcal</b>
06.05.2019 PAZARTESİ		07.05.2019 SALI		08.05.2019 ÇARŞAMBA		09.05.2019 PERŞEMBE		10.05.2019 CUMA	
EZOĞELİN ÇORBA	203 kcal	YAYLA ÇORBA	134 kcal	MERCİMEK ÇORBA	183 kcal	TEL ŞEHİRİYE ÇORBA	148 kcal	YOĞURT ÇORBASI	134 kcal
TAVUK DÖNER	390 kcal	KAĞIT KEBABI	335 kcal	SEBZELİ KÖFTE	348 kcal	ETLİ NOHUT	298 kcal	KARNABAHAAR GRATEN	285 kcal
PİRİNÇ PİLAVI	336 kcal	BULGUR PİLAVI	236 kcal	PEYNİRLİ MAKARNA	308 kcal	SEBZELİ PİLAV	336 kcal	SPAGETTİ NAPOLİTEN	378 kcal
AYRAN	85 kcal	KOMPOSTO	225 kcal	SAKIZLI MUHALLEBİ	315 kcal	TURŞU	45 kcal	MEYVE	65 kcal
<b>TOPLAM</b>	<b>1014 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>930 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>1154 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>827 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>862 kcal</b>
13.05.2019 PAZARTESİ		14.05.2019 SALI		15.05.2019 ÇARŞAMBA		16.05.2019 PERŞEMBE		17.05.2019 CUMA	
TEL ŞEHİRİYE ÇORBA	148 kcal	MERCİMEK ÇORBA	183 kcal	BROKOLİ ÇORBASI	168 kcal	EZOĞELİN ÇORBA	203 kcal	DOMATES ÇORBASI	175 kcal
ÇITIR PANE	350 kcal	ETLİ NOHUT	298 kcal	TAS KEBABI	347 kcal	PATLICAN MUSAKKA	365 kcal	KABAK GRATEN	270 kcal
PİRİNÇ PİLAVI	336 kcal	PİRİNÇ PİLAVI	336 kcal	ARPA ŞEHİRİYE PİLAVI	340 kcal	PİRİNÇ PİLAVI	336 kcal	PEYNİRLİ BÖREK	420 kcal
AYRAN	85 kcal	TURŞU	45 kcal	SÜTLAÇ	318 kcal	CACIK	131 kcal	KOMPOSTO	225 kcal
<b>TOPLAM</b>	<b>919 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>862 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>1173 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>1035 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>1090 kcal</b>
20.05.2019 PAZARTESİ		21.05.2019 SALI		22.05.2019 ÇARŞAMBA		23.05.2019 PERŞEMBE		24.05.2019 CUMA	
EZOĞELİN ÇORBA	203 kcal	DOMATES ÇORBASI	175 kcal	YAYLA ÇORBA	134 kcal	MERCİMEK ÇORBA	183 kcal	KR. TAVUK ÇORBASI	140 kcal
TAVUK DÖNER	390 kcal	ARNAVUT CİĞERİ	335 kcal	ETLİ TÜRLÜ	325 kcal	FIRIN TAVUK(PAT GAR)	285 kcal	ETLİ TAZE FASÜLYE	250 kcal
PİRİNÇ PİLAVI	336 kcal	BULGUR PİLAVI	236 kcal	FESLEĞEN SOSLU MAKARNA	378 kcal	GÖKKUŞAĞI PİLAVI	336 kcal	BULGUR PİLAVI	236 kcal
AYRAN	85 kcal	CACIK	131 kcal	SUPANGLE	310 kcal	SALATA	123 kcal	MEYVE	65 kcal
<b>TOPLAM</b>	<b>1014 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>877 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>1147 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>927 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>691 kcal</b>
27.05.2019 PAZARTESİ		28.05.2019 SALI		29.05.2019 ÇARŞAMBA		30.05.2019 PERŞEMBE		31.05.2019 CUMA	
MERCİMEK ÇORBA	183 kcal	SÜTLÜ DOMATES ÇORBA	175 kcal	YAYLA ÇORBA	134 kcal	EZOĞELİN ÇORBA	203 kcal	TEL ŞEHİRİYE ÇORBA	148 kcal
MANTARLI TAVUK SOTE	330 kcal	SEBZELİ KÖFTE	348 kcal	ETLİ NOHUT	298 kcal	KABAK GRATEN	270 kcal	TAVUKLU KAĞIT KEBABI	355 kcal
BULGUR PİLAVI	236 kcal	PEYNİRLİ MAKARNA	420 kcal	PİRİNÇ PİLAVI	336 kcal	SOSLU MAKARNA	378 kcal	KUŞ ÜZÜMLÜ PİLAV	336 kcal
SALATA	123 kcal	MEYVE	65 kcal	TURŞU	45 kcal	KOMPOSTO	225 kcal	CACIK	131 kcal
<b>TOPLAM</b>	<b>872 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>1008 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>813 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>1076 kcal</b>	<b>TOPLAM</b>	<b>970 kcal</b>

\*MALZEME TEMİN EDİLEMESİ DURUMUNDA MENÜDE DEĞİŞİKLİĞE GİDİLEBİLİR.

ÖZGE TAŞKESMEZ  
ŞEF (GIDA MÜHENDİSİ)

AŞKIN KARADAŞ  
YEMERHANE VE KANTİN HİZMETLERİ ŞB . MÜDÜRÜ

YALÇIN TOKAY  
SKS DAİRE BAŞKANI