

SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ

NİSAN 2019 GENEL YEMEK MENÜSÜ

01/04/2019 PZT	02/04/2019 SALI	03/04/2019 ÇRŞ	04/04/2019 PRŞ	05/04/2019 CUMA
TAS KEBABI 490 kcal ŞHRYLİ PİRİNÇ PİLAVI 342 kcal DOMATES ÇORBA 189 kcal CACIK 70 kcal	TAVUK DÖNER 550 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal KRMZ MERCİMEK ÇORBA 386 kcal ÇOBAN SALATA 115 kcal	PATLICAN KEBAP 350 kcal SEBZELİ BULGUR PİLAVI 137 kcal TEL ŞHRY ÇORBA 245 kcal YOĞURT 112 kcal	TAVUK SOTE 423 kcal PATATESLİ TEPŞİ BÖREĞİ 544 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal VİŞNE KMPSTOSU 210 kcal	KIYMALI PATATES 236 kcal NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI 338 kcal KAŞARLI DOMATES ÇORBA 220 kcal ELMA 104 kcal
08/04/2019 PZT	09/04/2019 SALI	10/04/2019 ÇRŞ	11/04/2019 PRŞ	12/04/2019 CUMA
ET DÖNER/SALATA GARNİLİ 556 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal KRMZ MERCİMEK ÇORBA 386 kcal AYRAN 70 kcal	HİNDİ SOTE 340 kcal KIYMALI BEZELYELİ SPAGETTİ 560 kcal DOMATES ÇORBA 189 kcal KARIŞIK SALATA 123 kcal	KIYMALI İSPANAK (YOĞURLU) 276 kcal BULGUR PİLAVI 291 kcal ARPA ŞHRY ÇORBA 245 kcal KEŞKÜL 380 kcal	TAVUK ŞİNİTZEL 326 kcal YOĞURLU SOSLU MANTI 390 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal MEŞRUBAT 113 kcal	KIYMALI NOHUT 514 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal TARHANA ÇORBASI 280 kcal MUZ 130 kcal
15/04/2019 PZT	16/04/2019 SALI	17/04/2019 ÇRŞ	18/04/2019 PRŞ	19/04/2019 CUMA
ET SOTE (PÜRELİ) 400 kcal DMTSLİ PİRİNÇ PİLAVI 400 kcal KRMZ MERCİMEK ÇORBA 386 kcal REVANİ 510 kcal	TAVUK KAVURMA 320 kcal (AĞA KEBAP) FIRIN MAKARNA 510 kcal PATATES EZME ÇORBA 220 kcal MEVSİM SALATA 179 kcal	TEPŞİ KÖFTE 350 kcal PATLICANLI BULGUR PİLAVI 286 kcal TEL ŞHRY ÇORBA 245 kcal MEYVE SUYU 110 kcal	ÇITIR TAVUK BAGET 643 kcal BOLONEZ SOSLU MAKARNA 430 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal TULUMBA 692 kcal	KIYMALI TÜRLÜ 223 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal DOMATES ÇORBA 189 kcal ARMUT 104 kcal
22/04/2019 PZT	23/04/2019 SALI	24/04/2019 ÇRŞ	25/04/2019 PRŞ	26/04/2019 CUMA
ETLİ PATLICAN MUSAKKA 509 kcal ŞHRYLİ PİRİNÇ PİLAVI 342 kcal PATATES EZME ÇORBA 220 kcal HAVUÇ KIZARTMA 289 kcal (YOĞURLU)	RESMİ TATİL	PÜRELİ DALYAN KÖFTE 520 kcal BULGUR PİLAVI 291 kcal ARPA ŞHRY ÇORBA 245 kcal KIRMIZI LAHANA SALATASI 73 kcal	HİNDİ HAŞLAMA 320 kcal SEBZELİ ERİŞTE 430 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal KALBURABASTI 476 kcal	ARNAVUT CİĞERİ 797 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal MAHLUTA ÇORBA 190 kcal AYRAN 70 kcal
29/04/2019 PZT	30/04/2019 SALI	01/05/2019 ÇRŞ	02/05/2019 PRŞ	03/05/2019 CUMA
DANA HAŞLAMA 631 kcal SALÇALI ŞHRY PİLAVI 405 kcal YARMA ÇORBA 150 kcal TULUMBA 510 kcal	TAVUK BAGET YAHNİ 298 kcal BOLONEZ SOSLU MAKARNA 430 kcal KRMZ MERCİMEK ÇORBA 386 kcal KAYISI KOMPOSTO 288 kcal	RESMİ TATİL	SEBZELİ TAVUK PİRZOLA 522 kcal PEYNİRLİ SU BÖREĞİ 400 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal YOĞURT 112 kcal	KIYMALI KURU FSLYE 370 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal SEBZE ÇORBA (YAZ) 210 kcal LOKMA 490 kcal