

SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ

MART 2019 GENEL YEMEK MENÜSÜ

04/03/2019 PZT	05/03/2019 SALI	06/03/2019 ÇRŞ	07/03/2019 PRŞ	08/03/2019 CUMA
Et Sote 400 kcal	Mantarlı Tavuk Sote 320 kcal	Sahan Köfte 490 kcal	Fırında Tavuk 291 kcal	Kıymalı Nohut 514 kcal
Peynirli Makarna 370 kcal	Nohutlu Pirinç Pilavı 338 kcal	Erişte Kavrulmuş 430 kcal	Patates Salatası 180 kcal	Bulgur Pilavı 291 kcal
Erişte Yeşil Mercimek Çorbası 188 kcal	Ezogelin Çorba 217 kcal	Yayla Çorba 270 kcal	Tarhana Çorbası 280 kcal	Pirinç Çorba 165 kcal
Kemalpaşa Tatlısı 480 kcal	Cacık 70 kcal	Meşrubat 113 kcal	İrmik Helvası 520 kcal	Portakal 103 kcal
11/03/2019 PZT	12/03/2019 SALI	13/03/2019 ÇRŞ	14/03/2019 PRŞ	15/03/2019 CUMA
Saç Kavrurma 394 kcal	Tavuk Haşlama 292 kcal	Kadınbudu Köfte 570 kcal	Hindi Haşlama 320 kcal	Kıymalı Kuru Fasulye 370 kcal
Peynirli Su Böreği 400 kcal	Turşulu Kuru Fasulye Piyazı 315 kcal	Domatesli Pirinç Pilavı 420 kcal	Sebzeli Erişte 430 kcal	Bulgur Pilavı 291 kcal
Tel Şehriye Çorbası 245 kcal	Mercimek Çorbası 386 kcal	Ezogelin Çorba kcal 217	Mercimek Çorbası 386 kcal	Anadolu Çorba 163 kcal
Kakaolu Puding 370 kcal	Tahin Helvası 370 kcal	Ayran 70 kcal	Çoban Salata 115 kcal	Armut 104 kcal
18/03/2019 PZT	19/03/2019 SALI	20/03/2019 ÇRŞ	21/03/2019 PRŞ	22/03/2019 CUMA
Sebzeli Kebap 320 kcal	Tavuk Şinitzel 326 kcal	Salçalı Köfte 402 kcal	Tavuk Yahni 298 kcal	Kıymalı Taze Fasulye 280 kcal
Peynirli Makarna 370 kcal	Bolonez Soslu Makarna 430 kcal	Erişte Kavrulmuş 360 kcal	Nohutlu Bulgur Pilavı 416 kcal	İç Pilav 450 kcal
Yarma Çorba 150 kcal	Un Çorbası 81 kcal	Pirinç Çorba 83 kcal	Ezogelin Çorba 217 kcal	Mercimek Çorbası 386 kcal
Hoşaf (Kayısı) 115 kcal	Kemalpaşa 450 kcal	Yoğurt 112 kcal	Karışık Salata 123 kcal	Elma 104 kcal
25/03/2019 PZT	26/03/2019 SALI	27/03/2019 ÇRŞ	28/03/2019 PRŞ	29/03/2019 CUMA
Orman Kebabı 420 kcal	Tavuk Haşlama 292 kcal	İzmir Köfte (348 kcal)	Hindi Sote 340 kcal	Kıymalı Nohut 514 kcal
Yoğurt Soslu Manti 390 kcal	Yoğurtlu Karışık Kızartma 270 kcal	Bezelyeli Pilav 310 kcal	Zeytinyağlı Barbunya 340 kcal	Bulgur Pilavı 291 kcal
Ezogelin Çorba kcal 217	Patates Ezme Çorba 220 kcal	Un Çorbası 181 kcal	Mercimek Çorba 386 kcal	Kaşarlı Domates Çorbası 220 kcal
Meyve Suyu 110 kcal	Lokma 490 kcal	Cacık 70 kcal	Revani 510 kcal	Muz 130 kcal

Şükrü CANBEK
Firma Gıda Müh.

Muhittin ALTUNTAŞ
Firma Yetkilisi

Arzu ÖZEL YILMAZCAN
Gıda Mühendisi

Zübeyde KAÇAL
Şube Müdürü V.

Seyfullah GILIÇ
Daire Başkanı