

**SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ ( SUBÜ ) TEMMUZ 2019 GENEL YEMEK MÖNÜSÜ**

01/07/2019 PZT	02/07/2019 SALI	03/07/2019 ÇRŞ	04/07/2019 PRŞ	05/07/2019 CUMA
TAS KEBABI 490 kcal ARPA ŞHRYLİ PİRİNÇ PİLAVI 342 kcal KRMZ MERCİMEK ÇORBA 386 kcal CACIK 70 kcal	TAVUK BAGET YAHNİ 298 kcal SALÇALI MAKARNA 454 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal MEYVE SUYU 110 kcal	ETLİ YAZ TÜRÜSÜ 280 kcal BULGUR PİLAVI 291 kcal TEL ŞHRY ÇORBA 245 kcal İRMİK HELVASI 528 kcal	TAVUK ŞİŞ 493 kcal MİLFÖY BÖREK 380 kcal DOMATES ÇORBA 189 kcal YOĞURTLU SEMİZOTU SALATASI 218 kcal	MENGEN MUSAKKA 310 kcal NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI 338 kcal SEBZE ÇORBA (YAZ) 210 kcal KAVUN 68 kcal
08/07/2019 PZT	09/07/2019 SALI	10/07/2019 ÇRŞ	11/07/2019 PRŞ	12/07/2019 CUMA
PATLICAN KEBAP 350 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal KRMZ MERCİMEK ÇORBA 386 kcal YOĞURT 112 kcal	TAVUK KAVURMA 320 kcal ( AĞA KEBAP ) FİRİN MAKARNA 510 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal MEŞRUBAT ( Limonata) 140 kcal	ÇİFTLİK KEBABI 518 kcal BULGUR PİLAVI 291 kcal ARPA ŞHRY ÇORBA 245 kcal PUDİNG 370 kcal	TAVUK DÖNER 550 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal DOMATES ÇORBA 189 kcal ÇOBAN SALATA 115	ETLİ TAZE FASULYE 280 kcal PATATESLİ TEPŞİ BÖREĞİ 544 kcal SEBZE ÇORBA (YAZ) 210 kcal KARPUZ 62 kcal
15/07/2019 PZT	16/07/2019 SALI	17/07/2019 ÇRŞ	18/07/2019 PRŞ	19/07/2019 CUMA
<b>RESMİ TATİL</b>	ÇİTİR TAVUK PANE 340 kcal CEVİZLİ ERİŞTE 430 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal MEYVE SUYU 110 kcal	DANA HAŞLAMA 631 kcal BULGUR PİLAVI 291 kcal TEL ŞHRY ÇORBA 245 kcal BAKLAVA 490 kcal	FİRİNDA TAVUK 380 kcal SİGARA BÖREĞİ 430 kcal DOMATES ÇORBA 189 kcal SÖĞÜŞ SALATA 130 kcal	KABAK MUSAKKA 151 kcal MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal SEBZE ÇORBA (YAZ) 210 kcal ŞEFTALİ 80 kcal
22/07/2019 PZT	23/07/2019 SALI	24/07/2019 ÇRŞ	25/07/2019 PRŞ	26/07/2019 CUMA
ET DÖNER/DOMATES BİBER GARNİLİ 556 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal KRMZ MERCİMEK ÇORBA 386 kcal AYRAN 70 kcal	TAVUK ŞİNİTZEL 326 kcal YOĞURTLU SOSLU MANTI 390 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal MEŞRUBAT 113 kcal	ETLİ PATATES 320 kcal BULGUR PİLAVI 291 kcal ARPA ŞHRY ÇORBA 245 kcal MOZAİK PASTA 553 kcal	TAVUK ETLİ ÇARDAK KEBABI 300 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal DOMATES ÇORBA 189 kcal YOĞURTLU KAPYA 180 kcal	ETLİ BİBER DOLMA 260 kcal SOSLU KARIŞIK KIZARTMA 221 kcal SEBZE ÇORBA (YAZ) 210 kcal KAYISI 96 kcal
29/07/2019 PZT	30/07/2019 SALI	31/07/2019 ÇRŞ	01/08/2019 PRŞ	02/08/2019 CUMA
HÜNKAR BEĞENDİ 490 kcal İÇ PİLAV 450 kcal KRMZ MERCİMEK ÇORBA 386 kcal YOĞURT 112 kcal	TAVUK SOTE 423 kcal SPAGETTİ NAPOLİTEN 435 kcal EZOGELİN ÇORBA 217 kcal MEYVE SUYU 110 kcal	ETLİ BEZELYE 234 kcal BULGUR PİLAVI 291 kcal TEL ŞHRY ÇORBA 245 REVANİ 501 kcal	SEBZELİ TAVUK YAHNİ 298 kcal SU BÖREĞİ 653 kcal DOMATES ÇORBA 189 kcal KARIŞIK MEVSİM SALATA 123 kcal	PATLICAN MUSAKKA 310 kcal PİRİNÇ PİLAVI 326 kcal SEBZE ÇORBA (YAZ) 210 kcal ÜZÜM 134 kcal