

**SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ ( SUBÜ )**

**MART 2020 GENEL YEMEK MENÜSÜ**

<b>02/03/2020 PZT</b>	<b>03/03/2020 SALI</b>	<b>04/03/2020 ÇRŞ</b>	<b>05/03/2020 PRŞ</b>	<b>06/03/2020 CUMA</b>
Mercimek Çorbası 112 kcal Fırında Tavuk But (Elma Dilim Patates) 380 kcal Salçalı Makarna 350 kcal Yoğurt 112 kcal	Ezogelin Çorbası 117 kcal Etli Yaz Türlüsü 537 kcal Peynirli Milföy 562 kcal Osmanlı Tulumba 255 kcal	Tarhana Çorbası 280 kcal Mantarlı Et Sote 475 kcal Şehriyeli Pirinç Pilavı 330 kcal Ayran 70 kcal	Kıymalı Şehriye Çorbası 272 kcal Tavuk Şiş (Elma Dilim Patates) 453 kcal Sebzeli Bulgur Pilavı 310 kcal Cacık131 kcal	Sebze Çorbası (Kış) 230 kcal Rosto Köfte Pürelisi508 kcal Cevizli Erişte 430 kcal Portakal 85 kcal
<b>09/03/2020 PZT</b>	<b>10/03/2020 SALI</b>	<b>11/03/2020 ÇRŞ</b>	<b>12/03/2020 PRŞ</b>	<b>13/03/2020 CUMA</b>
Ezogelin Çorbası 217 kcal Kıymalı Bezelye 288 kcal Sade Pirinç Pilavı 326 kcal Cevizli Baklava 490 kcal	Domates Çorbası 189 kcal Soya Soslu Tavuk 242 kcal Peynirli Makarna 328 kcal Mevsim Salata 60 kcal	Mercimek Çorbası 112 kcal Tas Kebabı 490 kcal Bulgur Pilavı 291 kcal Ayran 70 kcal	Yayla Çorbası 260 kcal Tavuk Kızartma (Patates Kızartması) 363 kcal Bolonez Soslu Makarna 274 kcal Şekerpare 544 kcal	Tarhana Çorbası 280 kcal Etli Patates 320 kcal Nohutlu Pirinç Pilavı 335 kcal Cacık 131 kcal
<b>16/03/2020 PZT</b>	<b>17/03/2020 SALI</b>	<b>18/03/2020 ÇRŞ</b>	<b>19/03/2020 PRŞ</b>	<b>20/03/2020 CUMA</b>
Mercimek Çorbası 386 kcal Etli Kuru Fasulye 370 kcal Sade Pirinç Pilavı 326 kcal Cevizli Kadayıf 495 kcal	Mahluta Çorba 245 kcal Hindi Sote 340 kcal Patatesli Tepsi Böreği 544 kcal Muz 140 kcal	Yağlı Buğday Çorbası 150 kcal Dana Haşlama 195 kcal Üzüm Hoşafı-Kuru Ekmek 256 kcal Bulgur Pilavı 291 kcal	Kremalı Sebze Çorbası 186 kcal Tavuk Pirzola (Patates Kızartması) 522 kcal Sade Pirinç Pilavı 326 kcal Yoğurt 112 kcal	Domates Çorbası 189 kcal Kıymalı Yumurta 362 kcal Napoliten S. Makarna 260 kcal Ayran 70 kcal
<b>23/03/2020 PZT</b>	<b>24/03/2020 SALI</b>	<b>25/03/2020 ÇRŞ</b>	<b>26/03/2020 PRŞ</b>	<b>27/03/2020 CUMA</b>
Ezogelin Çorbası 217 kcal Etli Nohut 414 kcal Sade Pirinç Pilavı 326 kcal Cevizli Burma 505 kcal	Sebze Çorbası (Kış) 230 kcal Mantarlı Piliç Roti 248 kcal Bulgur Pilavı 291 kcal Yoğurt 112 kcal	Yoğurtlu Buğday Çorbası 275 kcal İzmir Köfte 348 kcal Şehriyeli Pirinç Pilavı 330 kcal Portakal 85 kcal	Mercimek Çorbası 112 kcal Köri Soslu Tavuk Sote 343 kcal Mısırlı Pilav 330 kcal Meşrubat 113 kcal	Tarhana Çorbası280 kcal Beşamel Soslu Et Sote 310 kcal Peynirli Erişte 354 kcal Supangle 380 kcal
<b>30/03/2020 PZT</b>	<b>31/03/2020 SALI</b>			
Mercimek Çorbası 112 kcal Etli Taze Fasulye 258 kcal Bulgur Pilavı 291 kcal Cacık 131 kcal	Tavuk Etli Şehriye Çorbası 165 kcal Et Sote 400 kcal Pirinç Pilavı 326 kcal İrmik Helvası 532 kcal			

- Kalori değerleri 100 gr içindir.