



ĞİRESUN ÜNİVERSİTESİ

ARALIK 2025 YEMEK MENÜSÜ

01.12.2025-Pazartesi	Enerji	02.12.2025-Salı	Enerji	03.12.2025-Çarşamba	Enerji	04.12.2025-Perşembe	Enerji	05.12.2025-Cuma	Enerji
Mısır Çorba		Tarhana Çorba		Mercimek Çorba		Domates Çorba		Ezogelin Çorba	
Çiftlik Kebabı	951	Kuşbaşı Piliç Kızartma / Kuru Köfte	1023/1008	Tavuk Sote	836	Tavuk Kapama / Etlı Pilav	1088	F. Patates Oturtma	1030
Domatesli Bulgur Pilavı	KKAL	Şehriyeli Pirinç Pilavı	KKAL	Soslu Makarna		Yoğurtlu Ispanak		Peynirli Gül Böreği	
Tarator		Meyve		Ayran		Un Helvası		Komposto	
08.12.2025-Pazartesi	Enerji	09.12.2025-Salı	Enerji	10.12.2025-Çarşamba	Enerji	11.12.2025-Perşembe	Enerji	12.12.2025-Cuma	Enerji
Sebze Çorba		Tarhana Çorba		Mahluta Çorba		Şehriye Çorba		Yayla Çorba	
Etlı Nohut	834	Piliç Kavurma / Salçalı Köfte	1007/1037	Tavuk Tantuni + Mevsim Salata Kış	940	Fırın Tavuk + E.D. Patates / Özbek Pilavı	933	Etlı Bezelye	1020
Şehriyeli Pirinç Pilavı	KKAL	Makarna	KKAL	Haşhaşlı Revani		Z.yağlı Taze Fasulye		Şehriyeli Bulgur Pilavı	
Turşu / Turşu Kavurma		Rus Salatası		Ayran		Meyve		Meyveli Etimek Tatlısı	
15.12.2025-Pazartesi	Enerji	16.12.2025-Salı	Enerji	17.12.2025-Çarşamba	Enerji	18.12.2025-Perşembe	Enerji	19.12.2025-Cuma	Enerji
Ezogelin Çorba		Kremalı Mantar Çorba		Mercimek Çorba		Yoğurtlu Buğday Çorba		Ş.li Tarhana Çorba	
Çoban Kavurma	991	Tavuklu Saman Yolu Kebap/Fırın Köfte	1010	Et Döner + Pilav	1078	Tavuk Roti / Kıymalı Karnabahar	971/850	Etlı Kuru Fasulye	886
Şehriyeli Pirinç Pilavı	KKAL	Soslu Makarna	KKAL	Lokma Tatlısı		Domatesli Bulgur Pilavı	KKAL	Pirinç Pilavı	
Brokoli K.bahar Salata		Tarator		Ayran		Meyve		Turşu	
22.12.2025-Pazartesi	Enerji	23.12.2025-Salı	Enerji	24.12.2025-Çarşamba	Enerji	25.12.2025-Perşembe	Enerji	26.12.2025-Cuma	Enerji
Tavuksuyu Çorba		Yarmalı Yoğurt Çorba		Domates Çorbası		Ezogelin Çorba		Mahluta Çorba	
Etlı Türlü	1149	Fırında Soslu Tavuk / Et Haşlama	987/957	Tavuk Döner + Patates Kızartma	997	İzmir Köfte/ Balık Buğulama	1250/1200	Pürelı Rostı Köfte	984
Patatesli Kol Böreği	KKAL	Şehriyeli Bulgur Pilavı	KKAL	Pirinç Pilavı		Spagetti Makarna	KKAL	Fırın Makarna	
Profiterol		Mevsim Salata Kış		Ayran		İrmik Helvası		Kase Yoğurt	
29.12.2025-Pazartesi	Enerji	30.12.2025-Salı	Enerji	31.12.2025-Çarşamba	Enerji				
Tarhana Çorba		Yayla Çorba		Şehriye Çorba					
Etlı Nohut	873/973	Şinitzel / Sulu Köfte	1006/936	Tavuk Kanat+ Mevsim Salata Kış	919				
Şehriyeli Pirinç Pilavı	KKAL	Domatesli Bulgur Pilavı	KKAL	Sebzeli Pirinç Pilavı					
Turşu/ Turşu Kavurma		Meyve		Ayran					

Günlük menüde, 100 g (Roll veya en az dört dilim) ambalajlı ekmek ve 200 cc'lik ambalajlı su bulunmaktadır.

Kalori hesabı yapılırken ekmek dahil edilmemiştir. 50 g ekmek 136 kkal'dir. Menüde zorunlu hallerde idare tarafından değişiklik yapılabilir.

Diyetisyen
Nihal AYDIN

Daire Başkanı
Rabia HAFİZOĞLU