



GİRESUN ÜNİVERSİTESİ

EYLÜL 2023 YEMEK MENÜSÜ

								01.09.2023-Cuma		Enerji									
								Şehriye Çorba		946 KKAL									
								İslim Köfte											
								Pirinç Pilavı											
								Mevsim Salata Yaz											
04.09.2023-Pazartesi		Enerji		05.09.2023-Salı		Enerji		06.09.2023-Çarşamba		Enerji		07.09.2023-Perşembe		Enerji		08.09.2023-Cuma		Enerji	
Mercimek Çorba		1039 KKAL		Domates Çorba		890/ 960 KKAL		Tarhana Çorba		1001 KKAL		Şehriye Çorba		876/ 916 KKAL		Tavuksuyu Çorba		936 KKAL	
Etlı Ankara Tava				Etlı Nohut/ Piliç Sarma				Kadınbudu Köfte +Piyaz				Fırın Tavuk/Etlı Patates				Kıymalı Biber Dolma			
Z.yağlı Taze Fasulye				Şehriyeli Pirinç Pilavı				Soslu Makarna				Domatesli Bulgur Pilavı				Patatesli Kol Böreği			
Islak Kek				Kavun				Ayrın				Çoban Salata				Vişne Komposto			
11.09.2023-Pazartesi		Enerji		12.09.2023-Salı		Enerji		13.09.2023-Çarşamba		Enerji		14.09.2023-Perşembe		Enerji		15.09.2023-Cuma		Enerji	
Kesme Çorba		980 KKAL		Domates Çorba		895/ 890 KKAL		Mahluta Çorba		992 KKAL		Tarhana Çorba		877/ 847 KKAL		Sebze Çorba		1020 KKAL	
Mitit Köfte				Köri Soslu Tavuk/Et Sote				Patlıcan Musakka				Etlı Kuru Fasulye/ Tavuk Pirzola				Et Döner + Pilav			
Spagetti Makarna				Şehriyeli Pirinç Pilavı				Şehriyeli Bulgur Pilavı				Pirinç Pilavı				Fındıklı Baklava			
Ayrın				Çoban Salata				Cacık				Karpuz				Ayrın			
18.09.2023-Pazartesi		Enerji		19.09.2023-Salı		Enerji		20.09.2023-Çarşamba		Enerji		21.09.2023-Perşembe		Enerji		22.09.2023-Cuma		Enerji	
Ezogelin Çorba		903 KKAL		Yarmalı Yoğurt Çorba		938/ 978 KKAL		Tavuk Suyu Çorba		966 KKAL		Domates Çorba		915/ 907 KKAL		Tarhana Çorba		847 KKAL	
Tas Kebabı				Tavuk Kapama/ Etlı Pilav				Fırında Patates Oturtma				Sulu Köfte/Tavuk Nugget				Etlı Nohut			
Şehriyeli Pirinç Pilavı				Z.yağlı Taze Fasulye				Mantı				Şehriyeli Bulgur Pilavı				Pirinç Pilavı			
Mevsim Salata Yaz				Fındıklı Keşkül				Üzüm				Ayrın				Turşu			
25.09.2023-Pazartesi		Enerji		26.09.2023-Salı		Enerji		27.09.2023-Çarşamba		Enerji		28.09.2023-Perşembe		Enerji		29.09.2023-Cuma		Enerji	
Domates Çorba		865 KKAL		Mercimek Çorba		842/ 929 KKAL		Kesme Çorba		936 KKAL		Tarhana Çorba		982/ 932 KKAL		Ezogelin Çorba		973 KKAL	
Çoban Kavurma				Mevsim Türülü/Tavuk Şinitzel				Tavuk Döner +Pilav				Kuru Köfte/Tavuk Haşlama				Etlı Taze Fasulye			
Sebzeli Pirinç Pilavı				Şehriyeli Pirinç Pilavı				Bisküvili Pasta				Spagetti Makarna				Şehriyeli Pirinç Pilavı			
Mevsim Salata Yaz				Üzüm				Ayrın				Yoğurt				Meyveli Etimек Tatlısı			

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
Pınar ABANOZ

Daire Başkanı
Rabia HAFİZOĞLU