



# GİRESUN ÜNİVERSİTESİ

## KASIM 2024 YEMEK MENÜSÜ

04.11.2024 - Pazartesi	Enerji
Yoğurtlu Buğday Çorba	907 KKAL
Etlı Nohut	
Pirinç Pilavı	
Turşu	
11.11.2024 - Pazartesi	Enerji
Tarhana Çorba	937 KKAL
Etlı Kuru Fasulye	
Pirinç Pilavı	
Yoğurt	
18.11.2024 - Pazartesi	Enerji
Ispanak Çorba	886 KKAL
Fırın Tavuk	
Şehriyeli Pirinç Pilavı	
Yoğurt	
25.11.2024 - Pazartesi	Enerji
Mercimek Çorba	1133 KKAL
Tavuk Kapama	
Y.lu Hav. Karnabahar Kzrt.	
Tulumba Tatlısı	

05.11.2024 - Salı	Enerji
Mercimek Çorba	1018 / 1033 KKAL
Tavuk Pırlzola +Pat.Kız./ Meksika Tava	
Soslu Makarna	
Mandalina	
12.11.2024 - Salı	Enerji
Yarmalı Yoğurt Çorba	920 / 891 KKAL
Et Haşlama / Sebzeli	
Tavuk Haşlama	
Şehriyeli Bulgur Pilavı	
Mısırlı Aysberg Salata	
19.11.2024 - Salı	Enerji
Yayla Çorba	991 / 871 KKAL
Tavuk Tantuni+ Pat. Kzrt. / Kıymalı Bezelye	
Cevizli Erişte	
Menekşe Salata	
26.11.2024 - Salı	Enerji
Mısır Çorba	1012 / 932 KKAL
Pürelı Rostı Köfte / Etlı Patates	
Mercimekli Bulgur Pilavı	
Mevsim Salata (Kış)	

06.11.2024 - Çarşamba	Enerji
Dom.li Pirinç Çorba	1023 KKAL
İzmir Köfte	
Peynirli Gül Böreği	
Üzüm Hoşafı	
13.11.2024 - Çarşamba	Enerji
Sebzıe Çorba	1007 KKAL
Tavuk Döner + Patates Kızartma	
Şehriyeli Pirinç Pilavı	
Ayran	
20.11.2024 - Çarşamba	Enerji
Kesme Çorba	956 KKAL
Et Döner + Pilav	
Şekerpare	
Ayran	
27.11.2024 - Çarşamba	Enerji
Tavuksuyu Çorba	910 KKAL
Etlı Mevsim Türlü	
Yoğurtlu Manti	
Mandalina	

07.11.2024 - Perşembe	Enerji
Şehriye Çorba	1048 / 1008 KKAL
Tavuk Nugget+ E.D. Patates / Kıymalı Ispanak	
Domatesli Bulgur Pilavı	
Supangle	
14.11.2024 - Perşembe	Enerji
Ezogelin Çorba	980 / 905 KKAL
Sulu Köfte / Kıymalı Kış Türlü	
Fırın Makarna	
Elma	
21.11.2024 - Perşembe	Enerji
Pancar Çorba	1150 / 1204 KKAL
Hamsi Tava+P.K / Şinitzel + Patates Kızartma	
Fasulye Piyazı	
Tahin Helvası	
28.11.2024 - Perşembe	Enerji
Domates Çorba	1061 / 941 KKAL
Tav. Samanyolu Kebabı/ Kıymalı Karnabahar	
Puf Böreği	
Kayısı Hoşafı	

01.11.2024 - Cuma	Enerji
Şehriye Çorba	883 KKAL
Çoban Kavurma	
Analı Kızılı Pilav	
Cacık	
08.11.2024 - Cuma	Enerji
Toyga Çorba	1042 KKAL
Mantarlı Tavuk Sote	
Şehriyeli Pirinç Pilavı	
Yoğurt	
15.11.2024 - Cuma	Enerji
Kremalı Mantar Çorba	1042 KKAL
Etlı Pilav	
Yoğurtlu Ispanak	
Kabak Tatlısı	
22.11.2024 - Cuma	Enerji
Mahluta Çorba	905 KKAL
Kuru Köfte	
Makarna Salatası	
Elma	
29.11.2024 - Cuma	Enerji
Ezogelin Çorba	948 KKAL
Fırın Köfte	
Peynirli Makarna	
Tarator	

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

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

**Diyetisyen**  
Nihal AYDIN

**Daire Başkanı**  
Rabia HAFIZOĞLU