



GİRESUN ÜNİVERSİTESİ KASIM 2025 YEMEK MENÜSÜ

03.11.2025 - Pazartesi		04.11.2025 - Salı	Enerji	05.11.2025 - Çarşamba	Enerji	06.11.2025 - Perşembe	Enerji	07.11.2025 - Cuma	Enerji
Mercimek Çorba	906 KKAL	Domates Çorba	921/ 901 KKAL	Ezogelin Çorba	1010 KKAL	Tarhana Çorba	930 / 870 KKAL	Şehriye Çorba	946 KKAL
Etli Kuru Fasulye		Etli Ankara Tava/Tavuk Kapama		Tavuk Tantuni + Patates Kızartma		Tavuk Nugget / Etli Bezelye		Çoban Kavurma	
Şehriyeli Pirinç Pilavı		Barbunya Pilaki		Tulumba Tatlısı		Makarna Salatası		Nohutlu Pirinç Pilavı	
Turşu Kavurma		Kase Yoğurt		Ayran		Elma		Tarator	
10.11.2025 - Pazartesi	Enerji	11.11.2025 - Salı	Enerji	12.11.2025 - Çarşamba	Enerji	13.11.2025 - Perşembe	Enerji	14.11.2025 - Cuma	Enerji
Yağlı Buğday Çorba	1016 / 907 KKAL	Ezogelin Çorba	1034 / 858 KKAL	Sebze Çorba	805 KKAL	Yayla Çorba	916 / 871 KKAL	Tavuksuyu Çorba	1020 KKAL
Mengen Musakka		Çıtır Tavuk +E.D Patates /Kıymalı Lahana Sarma		Et Döner + Pilav		Balık Buğulama / Sulu Köfte		Kıymalı Ispanak	
Şehriyeli Pirinç Pilavı		Makarna		Mevsim Salata Kış		Şehriyeli Bulgur Pilavı		Peynirli Gül Böreği	
Kabak Tatlısı / Cacık		Kase Yoğurt		Ayran		Mandalina		Triliçe	
17.11.2025 - Pazartesi	Enerji	18.11.2025 - Salı	Enerji	19.11.2025 - Çarşamba	Enerji	20.11.2025 - Perşembe	Enerji	21.11.2025 - Cuma	Enerji
Tarhana Çorba	1175 KKAL	Mahluta Çorba	1050 / 1030 KKAL	Kesme Çorba	911 KKAL	Ezogelin Çorba	920 / 970 KKAL	Mısır Çorba	906 KKAL
Etli Nohut		Tavuk Kanat + Elma		Şinitzel + Mevsim Salata Kış		Etli Patates / Fırında Soslu Tavuk		Pürelı Rostı Köfte	
Pirinç Pilavı		Dilim Patates / Arnavut Ciğeri		Pirinç Pilavı		Şehriye Pilavı		Zeytinyağlı Pırasa	
Tel Kadayıf		Domatesli Bulgur Pilavı		Ayran		Elma		Kase Yoğurt	
24.11.2025 - Pazartesi	Enerji	25.11.2025 - Salı	Enerji	26.11.2025 - Çarşamba	Enerji	27.11.2025 - Perşembe	Enerji	28.11.2025 - Cuma	Enerji
Domates Çorba	897 KKAL	Kremalı Mantar Çorba	977 / 965 KKAL	Şehriye Çorba	1088 KKAL	Ezogelin Çorba	970 / 850 KKAL	Pancar Çorba	990 KKAL
Etli Kuru Fasulye		Tavuklu Samanyolu		Tavuk Döner + Pilav		Tavuk Roti / Kıymalı Karnabahar		Et Haşlama	
Şehriyeli Pirinç Pilavı		Kebab / Salçalı Köfte		Lokma Tatlısı		Yoğurtlu Mantı		Şehriyeli Bulgur Pilavı	
Bisküvili Pasta		Spagetti		Ayran		Mandalina		Mevsim Salata Kış	
		Kase Yoğurt							

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.

Daire Başkanı
Rabia HAFIZOĞLU

Şube Müdürü
Merve DEMİRCİ

Diyetisyen
Nihal AYDIN