



GİRESUN ÜNİVERSİTESİ

MART 2026 YEMEK MENÜSÜ

02.03.2026 - Pazartesi		03.03.2026 - Salı		04.03.2026 – Çarşamba		05.03.2026 - Perşembe		Enerji		06.03.2026 - Cuma		Enerji			
Şehriyeli Tarhana Çorba		1087 KKAL	Mercimek Çorba		1120 KKAL	Domates Çorba		1205/ 1135 KKAL		Mahluta Çorba		906 / 936 KKAL			
Tavuk Kapama* / Etli Pilav			Sebzeli Haşlama Tavuk/ Et Haşlama*			Tavuk Kanat+Patates Kızartma* /İzmir Köfte				Tavuklu Samanyolu Kebap/Etli Bezelye*			Tavuk Şiş+Mevsim Salata /Çiftlik Köfte*		
Yoğurtlu Ispanak			Domatesli Bulgur Pilavı			Soslu Makarna				Fırın Makarna			Şehriyeli Pirinç Pilavı		
Islak Kek			Tulumba Tatlısı			Rus Salatası				Meyveli Etirmek Tatlısı			Ayran		
09.03.2026 - Pazartesi		Enerji		10.03.2026 - Salı		Enerji		12.03.2026 - Perşembe		Enerji		13.03.2026 - Cuma		Enerji	
Yoğurtlu Buğday Çorba		1186 / 1086 KKAL	Mercimek Çorba		914 KKAL	Kremalı Mantar Çorba		933 / 898 KKAL		Ezogelin Çorba		1375 / 1350 KKAL			
Fırında Soslu Tavuk/ Etli Nohut*			Tavuklu Pilav* / Özbek Pilavı			Tavuk Döner+M.Salata Kış/Pürelı Rostı Köfte*				Tavuk Pirzola +Elma Dilim Patates* /Arnavut Ciğeri			Tavuk Tantuni+P. Kız./ Fırın Köfte*		
Pirinç Pilavı			Barbunya Pilaki			Şehriyeli Pirinç Pilavı				Sebzeli Bulgur Pilavı			Makarna Salatası		
Haşhaşlı Revani			Yoğurt			Profiterol				Ayran			Lokma Tatlısı		
16.03.2026 - Pazartesi		Enerji		17.03.2026 - Salı		Enerji		19.03.2026 - Perşembe		Enerji		20.03.2026 - Cuma		Enerji	
Domates Çorba		961 / 925 KKAL	Ezogelin Çorba		1055 / 995 KKAL	Tarhana Çorba		RAMAZAN BAYRAMI AREFE		RAMAZAN BAYRAMINIZ MÜBAREK OLSUN.					
Kuşbaşı Piliç Kızartma /Tas Kebabı*			Tavuk Roti */ Mitit Köfte			Tavuk Şinitzel / Etli Kuru Fasulye*									
Nohutlu Pirinç Pilavı			Yoğurtlu Havuç Karnabahar Kızartma			Pirinç Pilavı									
Tarator			Kadayıflı Muhallebi			Ayran									
23.03.2026 - Pazartesi		Enerji		24.03.2026 - Salı		Enerji		26.03.2026 - Perşembe		Enerji		27.03.2026 - Cuma		Enerji	
Tarhana Çorba		883 KKAL	Yağlı Buğday Çorba		1067 / 1031 KKAL	Sebze Çorba		Ezogelin Çorba		Tavuksuyu Çorba		990 KKAL			
Etli Nohut			Köri Soslu Tavuk/ Sebzeli Kebap			Kuru Köfte		Fırında Soslu Tavuk/ F. Patates Oturtma		Sulu Köfte					
Şehriyeli Pirinç Pilavı			Domatesli Bulgur Pilavı			Pirinç Pilavı		Peynirli Kuskus		Merci. Bulgur Pilavı					
Turşu			Komposto			Ayran		Supangle		Brokoli – K.bahar Sal.					
30.03.2026 - Pazartesi		Enerji		31.03.2026 - Salı		Enerji									
Mercimek Çorba		1006 KKAL	Domatesli Pirinç Çorba		906 / 947 KKAL										
Tavuk Nugget			Piliç Kavrurma / Kuru Köfte												
Şehriyeli Pirinç Pilavı			Spagetti Makarna												
Ayran			Pembe Salata												

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.

İftar yemeği seçmeli olacaktır. Öğle yemeğinde ise yanına (*) bulunan yemekler servis edilecektir.

Daire Başkanı
Rabia HAFİZOĞLU

Şube Müdürü
Merve DEMİRCİ

Diyetisyen
Nihal AYDIN