



GİRESUN ÜNİVERSİTESİ

MART 2026 YEMEK MENÜSÜ

02.03.2026 - Pazartesi		03.03.2026 - Salı		04.03.2026 – Çarşamba		05.03.2026 - Perşembe		06.03.2026 - Cuma		07.03.2026 - Cumartesi			
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			
Yoğurtlu Buğday Çorba		1186 / 1086 KKAL	Mercimek Çorba		914 KKAL	Kremalı Mantar Çorba		933 / 898 KKAL	Şehriye 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			
Domates Çorba		961 / 925 KKAL	Ezogelin Çorba		1055 / 995 KKAL	Tarhana Çorba		RAMAZAN BAYRAMI AREFE					
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			
Tarhana Çorba		883 KKAL	Yağlı Buğday Çorba		1067 / 1031 KKAL	Sebzeli Çorba		Ezogelin Çorba		Tavuksuyu Çorba			
Etli Nohut			Köri Soslu Tavuk/ Sebzeli Kebap			Tavuk Döner + Patates Kızartma		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