



GİRESUN ÜNİVERSİTESİ

OCAK 2022 YEMEK MENÜSÜ

03.01.2022- Pazartesi	Enerji	04.01.2022- Salı	Enerji	05.01.2022 - Çarşamba	Enerji	06.01.2022- Perşembe	Enerji	07.01.2022- Cuma	Enerji
Kesme Çorba	910 KKAL	Mercimek Çorba	948 KKAL	Yağlı Buğday Çorba	1149 KKAL	Domates Çorba	891 KKAL	Ezogelin Çorba	1005 KKAL
Etlı Nohut									
Şehriyeli Pirinç Pilavı									
Kase Yoğurt									
Mercimek Çorba	1003 KKAL	Etlı Ankara Tava	986 KKAL	Sebze Çorba	986 KKAL	Yayla Çorba	995 KKAL	Domates. Pirinç Çorba	949 KKAL
Etlı Kuru Fasulye									
Pirinç Pilavı									
Turşu									
Mercimek Çorba	872 KKAL	Etlı Ankara Tava	1075/ 910 KKAL	Tavuk Döner+Pat. Kız.	962 KKAL	Pürelı Rostu Köfte	962 KKAL	Tavuk Roti	1010 KKAL
Çiftlik Kebap									
Şehriyeli Bulgur Pilavı									
Mozaik Pasta									
Mercimek Çorba	1065 KKAL	Etlı Ankara Tava	995/ 901 KKAL	Yoğurtlu Mantı	1019 KKAL	İzmir Köfte	1019 KKAL	Merci. Bulgur Pilavı	944 KKAL
Tarhana Çorba									
Tav. Şinitzel + Pat. Kız.									
Sebzeli Pirinç Pilavı									
Ayran	925 KKAL	Mercimek Çorba	944 KKAL	Kısır/Elma	944 KKAL	Kase Yoğurt	944 KKAL	Kremalı Mantar Çorba	944 KKAL
Şehriyeli Pirinç Pilavı									
Kase Yoğurt									
Pancar Çorba									
Çoban Kavurma	925 KKAL	Yoğurtlu Havuç	944 KKAL	Puf Böreği	944 KKAL	Pirinç Pilavı	944 KKAL	Et Döner+Pirinç Pilavı	944 KKAL
Pirinç Pilavı									
Ayran									
	925 KKAL		944 KKAL		944 KKAL		944 KKAL		944 KKAL

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
Ümmühan ÖZGÜL

Diyetisyen
Pınar ABANOZ

Diyetisyen
Nihal AYDIN