



GİRESUN ÜNİVERSİTESİ

OCAK 2025 YEMEK MENÜSÜ

06.01.2025 - Pazartesi	Enerji
Ezogelin Çorba	
Tavuk Nugget + Patates Kızartma	987
Soslu Makarna	KKAL
Ayran	
13.01.2025 - Pazartesi	Enerji
Ispanak Çorba	
Etlı Kuru Fasulye	890
Pirinç Pilavı	KKAL
Yoğurt	
20.01.2025 - Pazartesi	Enerji
Yağlı Buğday Çorba	
Papaz Yahni	1035
Şehriyeli Pirinç Pilavı	KKAL
Yoğurt	
27.01.2025 - Pazartesi	Enerji
Pancar Çorba	
Et Haşlama	1040
Şehriyeli Bulgur Pilavı	KKAL
Pembe Sultan	

07.01.2025 - Salı	Enerji
Şehriye Çorba	
Piliç Kavrma / Kıymalı Karnabahar	1008 / 968
Peynirli Gül Böreği	KKAL
Komposto	
14.01.2025 - Salı	Enerji
Şehriyeli Tarhana Çorba	
Kuşbaşı Piliç Kızartma/Etlı Patates	987 / 937
Fırın Makarna	KKAL
Portakal	
21.01.2025 - Salı	Enerji
Ezogelin Çorba	
Çtır Tavuk + E.D.P /Kadınbudu Köfte + E.D.P	1117 / 1154
Makarna	KKAL
Brokoli K.bahar Salata	
28.01.2025 - Salı	Enerji
Şehriyeli Tarhana Çorba	
Tavuk çöp Şiş+Salata/Kabak Graten	973 / 843
Analı Kızılı Pilav	KKAL
Ayran	

01.01.2025 - Çarşamba	Enerji
YENİ YILINIZ KUTLU OLSUN.	
08.01.2025 - Çarşamba	Enerji
Mısır Çorba	
Etlı Pilav	942
Yoğurtlu Ispanak	KKAL
Portakal	
15.01.2025 - Çarşamba	Enerji
Kesme Çorba	
Tavuk Döner + Patates Kızartma	1016
Şehriyeli Pirinç Pilavı	KKAL
Ayran	
22.01.2025 - Çarşamba	Enerji
Sebze Çorba	
Et Döner + Pilav	930
Findıklı Baklava	KKAL
Ayran	
29.01.2025 - Çarşamba	Enerji
Mercimek Çorba	
Izgara Köfte + Pilav	1083
Şekerpare	KKAL
Rus Salatası	

02.01.2025 - Perşembe	Enerji
Tarhana Çorba	
Etlı Nohut	923
Şehriyeli Pirinç pilavı	KKKAL
Ayran	
09.01.2025 - Perşembe	Enerji
Yoğurtlu Buğday Çorba	
Tavuk Pırzola+ Mevsim Salata Kış /Meksika Tava	1057 / 1172
Mer. Bulgur Pilavı	KKAL
Meyveli Etirmek Tatlısı	
16.01.2025 - Perşembe	Enerji
Yayla Çorba	
Sebzeli Misket Köfte/Fırın Tavuk	1024 / 1054
Şehriyeli Bulgur Pilavı	KKAL
Mevsim Salata	
23.01.2025 - Perşembe	Enerji
Mercimek Çorba	
Köri Soslu Tavuk/Arnavut Ciğeri	1129 / 1133
Domatesli Bulgur Pilavı	KKAL
Fasulye Piyazı	
30.01.2025 - Perşembe	Enerji
Yarmalı Yoğurt Çorba	
Balık Buğulama/ Kıymalı Yeşil Mercimek	1116 / 1027
Pancar Diblesi	KKAL
Tahin Helvası	

03.01.2025 - Cuma	Enerji
D.li Pirinç Çorba	
Tavuklu Samanyolu Kebap/ Fırın Köfte	956
Peynirli Erişte	KKAL
Elma	
10.01.2025 - Cuma	Enerji
Mercimek Çorba	
İzmir Köfte	1062
Pirinç Pilavı	KKAL
Tarator	
17.01.2025 - Cuma	Enerji
Mahluta Çorba	
Etlı Ankara Tava	1083
Yoğurtlu Havuç Karnabahar Kızartma	KKAL
Tel Kadayıf	
24.01.2025 - Cuma	Enerji
Domates Çorba	
Kıymalı Lahana Sarma	1011
Peynirli Su Böreği	KKAL
Ayva Tatlısı	
31.01.2025 - Cuma	Enerji
Mahluta Çorba	
Tavuk Roti	1047
Soslu Makarna	KKAL
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.

Diyetisyen
Nihal AYDIN

Daire Başkanı V.
Merve DEMİRCİ