



GİRESUN ÜNİVERSİTESİ

MART 2025 YEMEK MENÜSÜ

03.03.2025 - Pazartesi	Enerji
Mercimek Çorba	
Piliç Kavurma/Pürelili	919
Rosto Köfte*	/1006
Sebzeli Pirinç Pilavı	KKAL
Cacık	
10.03.2025 - Pazartesi	Enerji
Şehriye Çorba	
Tavuk Roti* / Çoban Kavurma	942 / 898
Nohutlu Pirinç Pilavı	KKAL
Yoğurt	
17.03.2025 - Pazartesi	Enerji
Mercimek Çorba	
Tavuklu Samanyolu Kebap / Tas Kebabı*	1089 / 1117
Pirinç Pilavı	KKAL
Meyveli Etimек Tatlısı	
24.03.2025 - Pazartesi	Enerji
Şehriyeli Tarhana Çorba	
Tavuk Tantuni + Mevsim Salata Kış*/ Kadınbudu Köfte+ Mevsim Salata Kış	1077 / 1127
Zeytinyağlı Taze Fasulye	KKAL
Sütlaç	

04.03.2025 - Salı	Enerji
Domates Çorba	
Tavuk Kapama* / Etlili	1061 / 1061
Pilav	KKAL
Yoğurtlu Ispanak	
Kadayıflı Muhallebi	
11.03.2025 - Salı	Enerji
Yayla Çorba	
Kuşbaşı Piliç Kızartma / Sebzeli Tepsi Köfte*	1071 / 1041
Soslu Makarna	KKAL
Güllaç	
18.03.2025 - Salı	Enerji
Tarhana Çorba	
Fırın Tavuk/ İzmir Köfte*	957 / 962
Spagetti Makarna	KKAL
Tarator	
25.03.2025 - Salı	Enerji
Mahluta Çorba	
Tavuk Sote / Mengen Musakka*	923 / 920
Şehriyeli Pirinç Pilavı	KKAL
Yoğurt	

05.03.2025 - Çarşamba	Enerji
Ezogelin Çorba	
Fırın Tavuk / Etlili	920 / 870
Bezelye*	KKAL
Peynirli Makarna	
Ayran	
12.03.2025 - Çarşamba	Enerji
Kesme Çorba	
Tavuk Döner + Patates Kızartma* / Et Sote +Patates Kızartma	1016 / 966
Pirinç Pilavı	KKAL
Ayran	
19.03.2025 - Çarşamba	Enerji
Ezogelin Çorba	
Tavuk Kapama*/ Kıymalı Dolma	1170 / 1070
Yoğurtlu Havuç Karnabahar Kızartma	KKAL
Lokma Tatlısı	
26.03.2025 - Çarşamba	Enerji
Yarmalı Yoğurt Çorba	
Tavuk Roti* / Çiftlik Kebabı	964 / 950
Mercimekli Bulgur Pilavı	KKAL
Komposto	

06.03.2025 - Perşembe	Enerji
Yoğurtlu Buğday Çorba	
Sebzeli Haşlama	871 / 871
Tavuk*/Et Haşlama	KKAL
Şehriyeli Bulgur Pilavı	
Mevsim Salata (kış)	
13.03.2025 - Perşembe	Enerji
Domates Çorba	
Tavuk Tantuni + Mevsim Salata Kış/ Mitiit Köfte*	1161 / 1197
Yoğurtlu Mantı	KKAL
Tulumba Tatlısı	
20.03.2025 - Perşembe	Enerji
Mısır Çorba	
Mantarlı Tavuk Sote / Etlili Kuru Fasulye*	890 / 882
Şehriyeli Pirinç Pilavı	KKAL
Yoğurt	
27.03.2025 - Perşembe	Enerji
Domates Çorba	
Tavuk Döner + Pilav/ Etlili Pilav*	981 / 981
Fındıklı Baklava	KKAL
Ayran	

07.03.2025 - Cuma	Enerji
Tarhana Çorba	
Tavuk Sote / Kuru Köfte*	1093 / 1153
Şehriyeli Pirinç Pilavı	KKAL
Krem Şokola	
14.03.2025 - Cuma	Enerji
Ezogelin Çorba	
Köri Soslu Tavuk / Mevsim Türü*	990 / 921
Ispanaklı Gül Böreği	KKAL
Komposto	
21.03.2025 - Cuma	Enerji
Mercimek Çorba	
Etlili Pilav /Tavuklu Pilav*	1033
Şekerpare	KKAL
Ayran	
28.03.2025 - Cuma	Enerji
Ezogelin Çorba	
Çıtır Tavuk+ Patates Kızartma/ Kuru Köfte*	1070 / 1020
Fırın Makarna	KKAL
Rus Salatası	

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 yanında (*) bulunan yemekler servis edilecektir.

Diyetisyen
Nihal AYDIN

Daire Başkanı V.
Merve DEMİRCİ