



# GİRESUN ÜNİVERSİTESİ

## OCAK 2025 YEMEK MENÜSÜ

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

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

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

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

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