

# GALATASARAY ÜNİVERSİTESİ OCAK 2023 AYI AKŞAM YEMEĞİ MENÜSÜ

PAZARTESİ		SALI		ÇARŞAMBA		PERŞEMBE		CUMA	
2.01.2023	KCAL	3.01.2023	KCAL	4.01.2023	KCAL	5.01.2023	KCAL	6.01.2023	KCAL
KÖYLÜ ÇORBA	160	MERCİMEK ÇORBA	150	ŞEHRİYE ÇORBA	150	YAYLA ÇORBA	180	DOMATES ÇORBA	130
KIYMALI İSPANAK	190	EKŞİLİ KÖFTE	310	GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE	240	TAVUK KAVURMA	260	ORMAN KEBABI	310
GÜL BÖREĞİ	300	BULGUR PILAVI	190	PİRİNÇ PILAVI	230	SOSLU MAKARNA	230	PİRİNÇ PILAVI	230
PORTAKAL	70	MUZ	80	MANDALİNA	60	ELMA	60	ARMUT	60
SÜTLAÇ	250	TULUMBA TATLISI	390	ŞEKERPAZE	70	SAKIZLI MUHALLEBİ	250	CEV. BAKLAVA	340
YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120
GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ TARATOR	
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
ÇİĞ KÖFTE		PANCA TURŞU		ACILI EZME		KAPYA SALATASI		KORNIŞONLU BİBER KAVURMA	
YEŞİL MERCİMEK SALATA		BİBERLİ CACIK		İTALYAN SALATA		HAYDARI		ÇOBAN SALATA	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
9.01.2023		10.01.2023		11.01.2023		12.01.2023		13.01.2023	
DOMATES ÇORBA	130	SEBZE ÇORBA	110	KÖYLÜ ÇORBA	180	BROKOLİ ÇORBA	110	MERCİMEK ÇORBA	150
ETLİ BEZELYE	310	TAVUK SOTE	290	MEVİM TÜRLÜ	200	İÇLİ KÖFTE	320	SEBZELİ KEBAP	350
PİRİNÇ PILAVI	230	MAKARNA	190	BULGUR PILAVI	230	MANTI	230	MELEK PILAVI	290
ELMA	60	PORTAKAL	70	MUZ	80	MANDALİNA	60	ARMUT	60
SUPHANGLE	230	CEVİZLİ KADAYIF	470	LOKMA	170	BÜLBÜL YUVASI	480	KAZANDIBİ	210
YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120
GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
PEMBE SULTAN		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		ÇOBAN SALATA	
AMERİKAN SALATA		KISIR		YOĞ.BİBER KIZARTMA		MERCİMEK KÖFTE		JÜLYEN SALATA	
CİN BİBER VE KARIŞIK TURŞU		YEŞİL MERCİMEK SALATA		ÇİĞ KÖFTE		PATATES SALATASI		YOĞURLU BİBER	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
16.01.2023		17.01.2023		18.01.2023		19.01.2023		20.01.2023	
KIS ÇORBA	115	ŞEHRİYE ÇORBA	150	SEBZE ÇORBA	110	EZOĞELİN ÇORBA	150	MİNESTORE ÇORBA	160
SEBZE GRATEN	240	FIRIN TAVUK BUT	380	KURU KARIŞIK DOLMA	300	KAŞARLI KÖFTE	320	MACAR GULAŞ	280
GÜL BÖREĞİ	230	SPAGETTİ	230	SU BÖREĞİ	380	GARNİTÜRLÜ PİLAV	260	SADE PİLAV	190
PORTAKAL	70	ELMA	60	MUZ	80	MANDALİNA	60	ARMUT	60
HAVUÇDİLİMİ TATLISI	450	KAZANDIBİ	210	KEMALPAŞA	300	TULUMBA TATLISI	390	ŞEKERPAZE	390
YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120
GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ TARATOR		HAVUÇ SALATA	
KIRMIZI LAHANA		PEMBE SULTAN		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
İTALYAN SALATA		AMERİKAN SALATA		ACILI EZME		MISIR SALATA		ÇOBAN SALATA	
KABAK TARATOR		CİN BİBER VE KARIŞIK TURŞU		TURP SALATA		KAPYA SALATASI		PIYAZ	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
23.01.2023		24.01.2023		25.01.2023		26.01.2023		27.01.2023	
YÜKSÜK ÇORBA	130	ŞEHRİYE ÇORBA	150	DOMATES ÇORBA	150	MANTAR ÇORBA	130	MERCİMEK ÇORBA	115
İZMİR KÖFTE	360	KIYMALI KARNABAHAHAR	360	NOHUT YEMEĞİ	190	TAVUK KÖK KANAT/GAR.PAT	240	ET SOTE	360
BULGUR PILAVI	230	MAKARNA	190	PİRİNÇ PILAVI	230	SPAGETTİ	230	İÇ PİLAV	290
PORTAKAL	70	ARMUT	60	MANDALİNA	60	MUZ	80	ELMA	60
KAZANDIBİ	210	CEV.KADAYIF	470	KAKOLU PUDİNG	230	LOKMA TATLISI	320	BÜLBÜL YUVASI	480
YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120	YOĞURT	120
GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ TARATOR	
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
MANTAR SALATA		EZME		YOĞ.BİBER KAVURMA		PATATES SALATA		ÇOBAN SALATA	
KISIR		ÇİNN SALATA		ÇİĞ KÖFTE		HUMUS		MERCİMEK KÖFTE	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
30.01.2023		31.01.2023							
TUTMAÇ ÇORBA	190	EZOĞELİN ÇORBA							
GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE	240	IZGARA KÖFTE/GAR.							
PİRİNÇ PILAVI	230	BULGUR PILAVI							
ELMA	60	MANDALİNA							
KALBURABASTI	215	LOKMA TATLISI							
YOĞURT	120	YOĞURT	120						
GÖBEK SALATA		GÖBEK SALATA							
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ TARATOR							
PEMBE SULTAN		KIRMIZI LAHANA							
ÇOBAN SALATA		MERCİMEK ÇORBA							
YEŞİL MERCİMEK SALATA		ERİŞTE SALATA							
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU							

PROJE YÖNETİCİSİ  
YASEMİN ŞAHİN

DİYETİSYEN  
İREM DEMİRCİ

DİYETİSYEN  
AYŞE BOZKURT

BÖLGE MÜDÜRÜ  
CİHAN GÜLENER

SAĞLIK, KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKANI  
DR. YUSUF GOCUK