

# GALATASARAY ÜNİVERSİTESİ EKİM 2023 AKSAM YEMEK MENÜSÜ

| PAZARTESİ                         | SALI                             | ÇARŞAMBA                    | PERŞEMBE                     | CUMA                                            | KCAL    |
|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|------------------------------|-------------------------------------------------|---------|
| 02/10/2023                        | 03/10/2023                       | 04/10/2023                  | 05/10/2023                   | 06/10/2023                                      |         |
| MERCİMEK ÇORBA                    | TUTMAÇ ÇORBA                     | DOMATESLİ BUĞDAY ÇORBA      | EZOĞELİN ÇORBA               | MANTAR ÇORBA                                    | 148     |
| PATATES MUSAKKA                   | ORMAN KEBABİ                     | İZMİR KÖFTE                 | ÇİN USULÜ PİLİÇ KAVURMA      | KURU DOLMA                                      | 331     |
| PİRİNÇ PİLAVI                     | BULGUR PİLAVI                    | MAKARNA                     | ŞEHRİYELİ PİLAV              | SU BÖREĞİ                                       | 380     |
| ELMA                              | MANDALİNA                        | ARMUT                       | MUZ                          | ELMA                                            | 50      |
| KAZANDİBİ                         | TRİLEÇE                          | MUHALLEBİ                   | CEV.BAKLAVA                  | SARI BURMA                                      | 340     |
| YOĞURT                            | YOĞURT                           | YOĞURT                      | YOĞURT                       | YOĞURT                                          | 120     |
| KIRMIZI LAHANA                    | KIRMIZI LAHANA                   | KIRMIZI LAHANA              | KIRMIZI LAHANA               | KIRMIZI LAHANA                                  | 150-200 |
| HAVUÇ SALATA                      | HAVUÇ SALATA                     | HAVUÇ SALATA                | HAVUÇ SALATA                 | HAVUÇ SALATA                                    |         |
| YEŞİL SALATA                      | YEŞİL SALATA                     | YEŞİL SALATA                | YEŞİL SALATA                 | YEŞİL SALATA                                    |         |
| TÜRLÜ TURŞU                       | MISIRLI BİBER KAVURMA            | PATATES SALATASI            | MAKARNA SALATASI             | ÇOBAN SALATA                                    |         |
| KOYU CACIK                        | HAYDARI                          | MAMZANA                     | KISIR                        | YOĞ.BİBER KIZARTMA                              |         |
| MAYDANOZ/DEREOTU                  | MAYDANOZ/DEREOTU                 | MAYDANOZ/DEREOTU            | MAYDANOZ/DEREOTU             | MAYDANOZ/DEREOTU                                |         |
| 09/10/2023                        | 10/10/2023                       | 11/10/2023                  | 12/10/2023                   | 13/10/2023                                      | KCAL    |
| NANELİ YOĞURT ÇORBASI             | MERCİMEK ÇORBA                   | TUTMAÇ ÇORBA                | YAYLA ÇORBA                  | ALACA ÇORBA                                     | 207     |
| MEVSİM TÜRLÜ                      | TAVUK BAGET                      | SOSLU KÖFTE                 | SEBZELİ KEBAP                | ETLİ BEZELYE                                    | 201     |
| ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI           | KUSKUS                           | BULGUR PİLAVI               | SPAGETTİ                     | BULGUR PİLAVI                                   | 347     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| MANDALİNA                         | ELMA                             | MUZ                         | ARMUT                        | ELMA                                            | 50      |
| HAVUÇDİLİMİ TATLISI               | SÜTLAÇ                           | KAZANDİBİ                   | TULUMBA TATLISI              | TAVUK GÖĞSÜ                                     | 166     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| YOĞURT                            | YOĞURT                           | YOĞURT                      | YOĞURT                       | YOĞURT                                          | 120     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| KIRMIZI LAHANA                    | KIRMIZI LAHANA                   | KIRMIZI LAHANA              | KIRMIZI LAHANA               | KIRMIZI LAHANA                                  | 150-200 |
| HAVUÇ SALATA                      | HAVUÇ SALATA                     | HAVUÇ SALATA                | HAVUÇ SALATA                 | HAVUÇ SALATA                                    |         |
| YEŞİL SALATA                      | YEŞİL SALATA                     | YEŞİL SALATA                | YEŞİL SALATA                 | YEŞİL SALATA                                    |         |
| ÇİĞ KÖFTE                         | PEMBE SULTAN                     | ÇOBAN SALATA                | MERCİMEK KÖFTESİ             | ACILI EZME                                      |         |
| KABAK TARATOR                     | TURŞU                            | YOĞ.BİBER KIZARTMA          | KABAK TARATOR                | CACIK                                           |         |
| MAYDANOZ/DEREOTU                  | MAYDANOZ/DEREOTU                 | MAYDANOZ/DEREOTU            | MAYDANOZ/DEREOTU             | MAYDANOZ/DEREOTU                                |         |
| 16/10/2023                        | 17/10/2023                       | 18/10/2023                  | 19/10/2023                   | 20/10/2023                                      | KCAL    |
| SEBZE ÇORBA                       | EZOĞELİN ÇORBA                   | TARHANA ÇORBA               | MERCİMEK ÇORBA               | MANTAR ÇORBA                                    | 148     |
| ŞİNİTZEL/GAR.PAT. SPAGETTİ        | KÖRİ SOSLU TAVUK ŞEHRİYELİ PİLAV | ETLİ YAPRAK SARMA SU BÖREĞİ | BAHÇEVAN KEBAP PİRİNÇ PİLAVI | ETLİ TAZE FASULYE SPAGETTİ                      | 368     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 | 263     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| ELMA                              | ARMUT                            | MANDALİNA                   | MUZ                          | MANDALİNA                                       | 50      |
| LOKMA TATLISI                     | KEMALPAŞA                        | KAZANDİBİ                   | TULUMBA                      | BAKLAVA                                         | 456     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| YOĞURT                            | YOĞURT                           | YOĞURT                      | YOĞURT                       | YOĞURT                                          | 120     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| KIRMIZI LAHANA                    | KIRMIZI LAHANA                   | KIRMIZI LAHANA              | KIRMIZI LAHANA               | KIRMIZI LAHANA                                  | 150-200 |
| HAVUÇ SALATA                      | HAVUÇ SALATA                     | HAVUÇ SALATA                | HAVUÇ SALATA                 | HAVUÇ SALATA                                    |         |
| YEŞİL SALATA                      | YEŞİL SALATA                     | YEŞİL SALATA                | YEŞİL SALATA                 | YEŞİL SALATA                                    |         |
| KABAK TARATOR                     | PATATES SALATASI                 | MERCİMEK KÖFTESİ            | KOYU CACIK                   | ÇOBAN SALATA                                    |         |
| KISIR                             | ÇİĞ KÖFTE                        | HAYDARI                     | MAMZANA                      | HAVUÇ TARATOR                                   |         |
| MAYDANOZ/DEREOTU                  | MAYDANOZ/DEREOTU                 | MAYDANOZ/DEREOTU            | MAYDANOZ/DEREOTU             | MAYDANOZ/DEREOTU                                |         |
| 23/10/2023                        | 24/10/2023                       | 25/10/2023                  | 26/10/2023                   | 27/10/2023                                      | KCAL    |
| NANELİ YOĞURT ÇORBA               | DOMATES ÇORBA                    | EZOĞELİN ÇORBA              | MERCİMEK ÇORBA               | YÜKSÜK ÇORBA                                    | 171     |
| ETLİ TÜRLÜ                        | İZMİR KÖFTE                      | FIRIN KARNABAHAH            | KAYSERİ MANTI                | PATLIÇAN MUSAKKA                                | 445     |
| PİRİNÇ PİLAVI                     | SPAGETTİ                         | BULGUR PİLAVI               | KARIŞIK KIZARTMA             | PİRİNÇ PİLAVI                                   | 263     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| MANDALİNA                         | ARMUT                            | MANDALİNA                   | ELMA                         | ARMUT                                           | 60      |
| TRİLEÇE                           | TAVUKGÖĞSÜ                       | LOKMA TATLISI               | KAZANDİBİ                    | SÜTLAÇ                                          | 311     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| YOĞURT                            | YOĞURT                           | YOĞURT                      | YOĞURT                       | YOĞURT                                          | 120     |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| KIRMIZI LAHANA                    | KIRMIZI LAHANA                   | KIRMIZI LAHANA              | KIRMIZI LAHANA               | KIRMIZI LAHANA                                  | 150-200 |
| HAVUÇ SALATA                      | HAVUÇ SALATA                     | HAVUÇ SALATA                | HAVUÇ SALATA                 | HAVUÇ SALATA                                    |         |
| YEŞİL SALATA                      | YEŞİL SALATA                     | YEŞİL SALATA                | YEŞİL SALATA                 | YEŞİL SALATA                                    |         |
| ÇOBAN SALATA                      | PEMBE SULTAN                     | ACILI EZME                  | ÇİĞ KÖFTE                    | TÜRLÜ TURŞU                                     |         |
| MAMZANA                           | KISIR                            | KABAK TARATOR               | PATATES SALATA               | YOĞURLU BİBER KIZARTMA                          |         |
| MAYDANOZ/DEREOTU                  | MAYDANOZ/DEREOTU                 | MAYDANOZ/DEREOTU            | MAYDANOZ/DEREOTU             | MAYDANOZ/DEREOTU                                |         |
| 30/10/2023                        | 31/10/2023                       |                             |                              |                                                 |         |
| EZOĞELİN ÇORBA                    | DOMATES ÇORBA                    |                             |                              |                                                 |         |
| ETLİ MANTAR SOTE                  | GEMİCİ KURU FASULYE              |                             |                              |                                                 |         |
| BULGUR PİLAVI                     | PİRİNÇ PİLAVI                    |                             |                              |                                                 |         |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| ELMA                              | ARMUT                            |                             |                              |                                                 |         |
| KAZANDİBİ                         | KIBRIS TATLISI                   |                             |                              |                                                 |         |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| YOĞURT                            | YOĞURT                           |                             |                              |                                                 |         |
|                                   |                                  |                             |                              |                                                 |         |
| KIRMIZI LAHANA                    | KIRMIZI LAHANA                   |                             |                              |                                                 |         |
| HAVUÇ SALATA                      | HAVUÇ SALATA                     |                             |                              |                                                 |         |
| YEŞİL SALATA                      | YEŞİL SALATA                     |                             |                              |                                                 |         |
| KOYU CACIK                        | PEMBE SULTAN                     |                             |                              |                                                 |         |
| ÇOBAN SALATA                      | PATATES SALATASI                 |                             |                              |                                                 |         |
| MAYDANOZ/DEREOTU                  | MAYDANOZ/DEREOTU                 |                             |                              |                                                 |         |
| PROJE YONETİCİSİ<br>MERVE ÖZDEMİR | BOLGE MUDURU<br>CİHAN GÜLENER    | DIYETİSYEN<br>AYŞE BOZKURT  | DIYETİSYEN<br>İREM DEMİRCİ   | İK, KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKANI<br>FERDAL ONER |         |