

**GALATASARAY ÜNİVERSİTESİ KASIM AYI AKŞAM YEMEĞİ MENÜSÜ**

	KCAL	KCAL	KCAL	KCAL	KCAL	01/11/2024			
						DOMATES ÇORBA	168		
						ETLİ MANTAR SOTE	338		
						BULGUR PILAVI	347		
						MANDALİNA	63		
						SÜTLAC	311		
						YOĞURT	90		
						KIRMIZI LAHANA			
						HAVUÇ SALATA			
						YEŞİL SALATA			
						COBAN SALATA			
						KISIR			
						MAYDANOZ/DEREOTU			
04/11/2024		05/11/2024		06/11/2024		07/11/2024	08/11/2024		
YAYLA ÇORBA	205	DOMATES ÇORBA	168	SÜTLÜ BROKOLU ÇORBA	136	ŞEHRİYE ÇORBA	195	MERCİMEK ÇORBA	215
TAŞ KEBABİ	430	TAZE FASULYE	138	PATLICAN MUSAKKA	328	SUSAMLI TAVUK BAGET	401	KURU DOLMA	268
KUSKUS	309	PIRINÇ PILAVI	412	BULGUR PILAV	347	DOMATES SOSLU MAKARNA	296	SPAGETİ	280
ELMA	52	MUZ	130	PORTAKAL	97	ARMUT	104	ÜZÜM	70
REVANİ	348	SUPANGLE	220	KAZANDIBİ	250	TAVUK GÖĞSÜ	166	KADAYIF	470
YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA	
MERCİMEK KÖFTE		PEMBE SULTAN		PATATES SALATASI		TÜRLÜ TÜRŞÜ		KARNABAHAH SALATASI	
PANÇO		KISIR		YOĞ BİBER KIZARTMA		PIYAZ		SUMAKLI SOĞAN	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
11/11/2024		12/11/2024		13/11/2024		14/11/2024		15/11/2024	
ŞEHRİYE ÇORBA	195	MERCİMEK ÇORBA	215	KÖYLÜ ÇORBA	196	ALACA ÇORBA	207	EZOĞELİN ÇORBA	205
MEVSİM BALIK	200	PILIÇ ROTİ	330	TAZE FASULYE	138	KREMALI FIRIN İSPANAK	259	ETLİ PATATES	254
MAKARNA	280	ARABIATTA SOSLU MAKARNA	296	PIRINÇ PILAVI	412	ERİŞTE	262	PIRINÇ PILAVI	412
ARMUT	104	ELMA	52	MANDALİNA	63	ÜZÜM	70	MUZ	130
CEVİZLİ KADAYIF	472	KAZANDIBİ	250	LOKMA TATLISI	412	KIBRIS TATLISI	366	HAVUÇ DİLİMİ	408
YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA	
TÜRŞÜ		PATATES SALATASI		MERCİMEK KÖFTESİ		KOYU CACIK		COBAN SALATA	
PATATES SALATA		ACILI EZME		HAYDARI		ACILI EZME		HAVUÇ TARATOR	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
18/11/2024		19/11/2024		20/11/2024		21/11/2024		22/11/2024	
MERCİMEK ÇORBA	215	MANTAR ÇORBA	148	EZOĞELİN ÇORBA	205	TUTMAÇ ÇORBA	217	KIS ÇORBASI	120
ETLİ NOHUT	285	ADAPAZARI İSLAMA KÖFTE	340	SINOP MANTI	389	BESAMEL SOSLU TAVUK	360	GEMİÇİ USULÜ KURU FASULYE	215
SADE PILAV	412	ŞATO PATATES	180	KARIŞIK KIZARTMA	190	MAKARNA	280	SADE PILAV	412
PORTAKAL	97	ARMUT	104	ELMA	52	MANDALİNA	63	ÜZÜM	70
KAZANDIBİ	250	KADAYIF	470	KALBURABASTI	267	SÜTLAC	311	ORMAN MEYVELİ MUHALLEBİ	205
YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA	
PEMBE SULTAN		COBAN SALATA		ACILI EZME		ÇİĞ KÖFTE		PATATES SALATASI	
MAMZANA		KABAK TARATOR		KISIR		PANÇO		MAKARNA SALATASI	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
25/11/2024		26/11/2024		27/11/2024		28/11/2024		29/11/2024	
EZOĞELİN ÇORBA	205	TARHANA ÇORBA	142	MERCİMEK ÇORBA	215	ANTEP ÇORBA	148	ŞEHRİYE ÇORBASI	195
KIYMALI PIRASA YEMEĞİ	243	MANGAL SOSLU TAVUK KANAT	420	BESAMEL SOSLU İSPANAK	259	MANTAR SOSLU KÖFTE	351	MEVSİM BALIK	200
BULGUR PILAVI	347	ARABIATTA PENNE MAKARNA	296	ARABIATTA PENNE MAKARNA	296	MELEK PILAVI	442	SPAGETİ	280
MANDALİNA	63	ARMUT	104	MUZ	130	ELMA	52	PORTAKAL	97
LATTEMİSÜ	335	LOKMA TATLISI	412	SUPANGLE	220	CEVİZLİ BAKLAVA	456	İRMİK HELVASI	451
YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90	YOĞURT	90
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA	
KARNABAHAH SALATASI		TÜRLÜ TÜRŞÜ		ACILI EZME		TÜRLÜ TÜRŞÜ		COBAN SALATA	
KOYU CACIK		SUMAKLI SOĞAN		KISIR		KOYU CACIK		PATATES SALATASI	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	

PROJE YÖNETİCİSİ
HATİCE TERCAN

DİYETİSYEN

V.H.K.L.
SEMA ATANŞUBE MÜDÜRÜ
MUSTAFA DAYANSAĞLIK, KÜLTÜR VE SPOR D.BŞK.V.
FERDAL ÖNER