

GALATASARAY ÜNİVERSİTESİ OCAK AYI AYI ÖĞLE YEMEĞİ MENÜSÜ

PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	CARSAMBA 1.01.2025	KCAL	PERSEMBE 2.01.2025	KCAL	CUMA 3.01.2025	KCAL
						MERCİMEK ÇORBA	215	YAYLA ÇORBA	205
						KARIŞIK IZGARA	394	İÇLİ KÖFTE	447
						MISIRLI PİLAV	467	SOSLU MAKARNA	296
						ARMUT	104	ELMA	52
						LOKMA	412	ŞEKERPARE	247
						Z.Y. BEZELYE	178	ZY. YAPRAK SARMA	100
						DIY. KABAK KALYE	129	DIY.SEBZE TÜRLÜ	165
						YOĞURT		YOĞURT	
						YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA	
						PATATES SALATASI		HAVUÇ SALATA	
						KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
						KORNİŞONLU BIBER KAVURMA		PATLİCAN SALATASI	
						PEMBE SULTAN		AMERİKAN SALATASI	
						MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
6.01.2025		7.01.2025		8.01.2025		9.01.2025		10.01.2025	
ŞİFA ÇORBA	120	ANTEP ÇORBA	148	TOYGA ÇORBA	243	EZOĞELİN ÇORBA	205	TUTMAÇ ÇORBA	217
FİRİN TAVUK BUT	330	BEŞAMEL KIYMALI SOSLU KARNABAHAH	319	MANTAR SOSLU IZGARA KÖFTE	351	GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE	215	GALATASARAY PİLAVI	
MISIRLI PİLAV	467	SOSLU MAKARNA	296	BULGUR PİLAVI	347	SADE PİLAV	412		656
ELMA	52	PORTAKAL	97	MUZ	130	MANDALİNA	63	ELMA	52
HAVUÇ DİLİMİ BAKLAVA	408	FİRİN SÜTLAÇ	339	KADAYIF	470	KAZANDIBİ	250	TULUMBA	412
Z.Y. KARNABAHAH	124	Z.Y. BRÜKSEL LAHANA	100	ZY. KEREVİZ	134	Z.Y. PIRASA	140	ZY PAZI	186
DIY. PIRASA	203	DIY. MEVSİM TÜRLÜ	180	DIY. SEBZE GRATEN	165	DIY. TON BALIK	129	DIY. KEREVİZ	135
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
HUMUS		KISIR		HAVUÇ TARATOR		MERCİMEK KÖFTE		PATATES SALATA	
AMERİKAN SALATA		KARIŞIK TURŞU		ÇİĞ KÖFTE		JULYEN SALATA		YOĞURTLU BIBER	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
13.01.2025		14.01.2025		15.01.2025		16.01.2025		17.01.2025	
KAFKAS ÇORBA	172	DÜĞÜN ÇORBA	201	BROKOLİ ÇORBASI	127	YAYLA ÇORBA	205	EZOĞELİN ÇORBA	205
ORMAN KEBABI	322	MEVSİM BALIK	200	KIYMALI İSPANAK	169	PİLİÇ ROTİ	330	PİDELİ KÖFTE	350
BULGUR PİLAVI	347	SPAGETTİ	280	PEYNİRLİ MAKARNA	315	BULGUR PİLAVI	347	PİRİNÇ PİLAVI	412
PORTAKAL	97	ELMA	52	MUZ	130	MANDALİNA	63	ARMUT	104
FİRİN SÜTLAÇ	339	İRMİK HELVASI	451	ŞEKERPARE	247	KAZANDIBİ	250	KADAYIF	470
Z.Y. KAPUSKA	120	Z.Y. ŞAKSUKA	272	Z.Y. BARBUNYA	192	ZY.TAZE FASULYE	125	Z.Y. KEREVİZ	134
DIY. PIRASA	136	DIY.SEBZE GRATEN	165	DIY. BEŞAMEL SOSLU TÜRLÜ	296	DIY.BROKOLİ	85	DIY. İSPANAK	146
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		MERCİMEK KÖFTE		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
KISIR		PATATES SALATASI		HAYDARI		ÇİĞ KÖFTE		KABAK TARATOR	
HAVUÇ TARATOR		MAMZANA		TURP SALATA		KAPYA SALATASI		PİYAZ	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
20.01.2025		21.01.2025		22.01.2025		23.01.2025		24.01.2025	
SEBZE ÇORBA	110	TOYGA ÇORBA	243	ALACA ÇORBA	207	NANELİ YOĞURT ÇORBA	178	ŞEHİRİYE ÇORBASI	195
SOSLU TAVUK BİFTEK	349	KARIŞIK KURU DOLMA	268	TAVUK ROSTO	476	MEVSİM TÜRLÜ	350	ET DÖNER	415
ERİŞTE	262	PENNE MAKARNA	296	SEBZELİ ERİŞTE	332	BULGUR PİLAVI	347	MISIRLI PİLAV	467
PORTAKAL	97	ARMUT	104	MANDALİNA	63	MUZ	130	ELMA	52
ŞÖBİYET	452	İRMİK TATLISI	260	KAZANDIBİ	250	KIBRIS TATLISI	366	TAVUK GÖĞSÜ	166
ZY BIBER DOLMA	189	Z.Y. MANTAR	162	ZY.PIRASA	140	Z.Y. BAMYA	120	Z.Y. KEREVİZ	134
DIY PIRASA		DIY. MEVSİM TÜRLÜ		DIY PATATES GRATEN		DIY. ET HAŞLAMA		DIY SEBZE SOTE	
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
AÇILI EZME		PİYAZ		ÇİĞ KÖFTE		PATATES SALATASI		BUĞDAY SALATASI	
KISIR		KAPYA SALATASI		HAVUÇ TARATOR		PEMBE SULTAN		MERCİMEK KÖFTE	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
27.01.2025		28.01.2025		29.01.2025		30.01.2025		31.01.2025	
KRUTONLU MERCİMEK ÇORBA	230	MAHLUTA ÇORBA	210	TARHANA ÇORBA	142	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	177	DÜĞÜN ÇORBA	201
ORMAN KEBABI	322	EKŞİLİ KÖFTE	356	MEVSİM BALIK	200	PATLİCAN MUSAKKA	328,00	İSKENDER	440
ŞEH. PİRİNÇ	442	BULGUR PİLAVI	347	MANTAR SOSLU MAKARNA	321	GARNİTÜRLÜ PİRİNÇ PİLAVI	365,00	PİRİNÇ PİLAVI	412
MANDALİNA	63	ELMA	52	MUZ	130	PORTAKAL	97	MUZ	130
CEVİZLİ KADAYIF	472	KAZANDIBİ	250	İRMİK TATLISI	260	BALLI BADEM	475	FİRİN SÜTLAÇ	339
ZY.BARBUNYA	192	ZY.BEZELYE	178	ZY. KARNABAHAH	124	Z.Y. ORBİT	122	ZY. BROKOLİ	135
DIY.PATATES GRATEN	196	DIY. KARNABAHAH	94	DIY. KÖFTE	398	DIY. SEBZE GRATEN	165	DIY. PIRASA	136
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA		YEŞİL SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA	
HAVUÇ TARATOR		MISIR SALATASI		KAPYA SALATASI		ÇİĞ KÖFTE		PANCAR TURŞU	
KISIR		PATATES SALATASI		PIRASALI MÜCVER		YEŞİL MERCİMEK SALATA		MERCİMEK KÖFTESİ	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	

PROJE YÖNETİCİSİ
HATİCE TERCAN

DİYETİSYEN
EMİNE AKTAŞ

ŞEF
SEMA ATAN

ŞUBE MÜDÜRÜ
MUSTAFA DAYAN

SAĞLIK, KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKANI V.
FERDAL ÖNER