



GALATASARAY ÜNİVERSİTESİ 2026 OCAK AYI AKSAM YEMEĞİ MENÜSÜ

PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE 1.01.2026	KCAL	CUMA 2.01.2026	KCAL
								DOMATES ÇORBA	168
								GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE	215
								PIRİNÇ PILAVI	412
						RSMİ TATİL		ELMA	52
								CEVİZLİ BAKLAVA	456
								YOĞURT	
								KIRMIZI LAHANA SALATA	
								HAVUÇ SALATA	
								YEŞİLLİK SALATA	
								KARIŞIK TURŞU	
								CACIK	
								MAYDANOZ/DEREOTU	
5.01.2026	KCAL	6.01.2026	KCAL	7.01.2026	KCAL	8.01.2026	KCAL	9.01.2026	KCAL
ALACA ÇORBA	207	MERCİMEK ÇORBA	215	TARHANA ÇORBA	142	KÖYLÜ ÇORBA	196	ŞEHİRİYE ÇORBA	215
NOHUT YEMEĞİ	235	ETLİ YAPRAK SARMA	321	SAHAN KÖFTE	355	ETLİ BEZELYE	201	TAVUK	290
PIRİNÇ PILAVI	412	DOMATES SOSLU MAKARNA	296	GAR.PİRİNÇ PILAVI	290	BULGUR PILAVI	347	PILAV	412
MANDALİNA	63	MUZ	130	PORTAKAL	97	ELMA	52	ARMUT	90
YABAN MERSİNLİ MUHALLEBİ	205	BÜLBÜL YUVASI	450	SUPANGLE	220	VEZİR PARMAĞI	475	KIBRIS TATLISI	366
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
YEŞİL SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA	
BUĞDAY SALATA		KARIŞIK TURŞU		MAMZANA		ÇİĞKÖFTE		PATATES SALATASI	
MORZADE		HAVUÇ TARATOR		PANÇO		CACIK		KABAK TARATOR	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
12.01.2026	KCAL	13.01.2026	KCAL	14.01.2026	KCAL	15.01.2026	KCAL	16.01.2026	KCAL
YAYLA ÇORBA	205	EZOĞELİN ÇORBA	205	ALACA ÇORBA	207	MAHLUTA ÇORBA	210	TUTMAÇ ÇORBA	217
MEVSİM TURLÜ	350	ORMAN KEBABI	430	MEVSİM BALIK	200	SUCUKLU KURU FASULYE	285	MANTAR SOSLU IZGARA KÖFTE	351
ARABIATTA SOSLU PENNE	296	BULGUR PILAVI	347	SOSLU SPAGETTİ	306	PIRİNÇ PILAVI	412	ERİŞTE	262
PORTAKAL	97	MUZ	130	PORTAKAL	97	MANDALİNA	63	ELMA	52
KAZANDIBİ	250	LOKMA TATLISI	518	İRMİK HELVA	451	SARAY SARMA	340	PROFITEROL	352
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
KIRMIZI LAHANA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
YEŞİL SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA	
KARIŞIK TURŞU		MERCİMEK KÖFTE		MISIRLI BIBER KAVURMA		KUSKUS SALATA		KISIR	
CACIK		KABAK TARATOR		PATATES SALATASI		YOĞ.KÖZ PATLIÇAN SALATASI		MORZADE	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
19.01.2026	KCAL	20.01.2026	KCAL	21.01.2026	KCAL	22.01.2026	KCAL	23.01.2026	KCAL
ŞEHİRİYE ÇORBA	215	TARHANA ÇORBA	142	BROKOLİ ÇORBA	127	YAYLA ÇORBA	205	MERCİMEK ÇORBA	215
PÜRELİ ET SOTE	430	ÇOBAN KAVURMA	363	TAVUK PAPAZ YAHNI	390	KIYMALI İSPANAK YEMEĞİ	169	ETLİ TAZE FASULYE	221
BULGUR PILAVI	347	PIRİNÇ PILAVI	412			PATATESLİ GÜL BÖREĞİ	408	MELEK PILAVI	442
MUZ	130	MANDALİNA	63	GAR.PİRİNÇ PILAVI	385				
İNCİRLİ KESKÜL	144	KALBURABASTI	267	ARMUT	90	PORTAKAL	97	ARMUT	90
				MUHALLEBİ	205	TAVUK GÖĞSÜ	166	HAVUÇ DİLİMİ BAKLAVA	408
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA	
KARIŞIK TURŞU		ARPA SEHİRİYE SALATASI		KISIR		MAMZANA		ÇİĞKÖFTE	
CACIK		MORZADE		MISIRLI BIBER KAVURMA		HAVUÇ TARATOR		YOĞ.BUĞDAY SALATASI	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	
26.01.2026	KCAL	27.01.2026	KCAL	28.01.2026	KCAL	29.01.2026	KCAL	30.01.2026	KCAL
DOMATES ÇORBA	168	EZOĞELİN ÇORBA	205	YÜKSÜK ÇORBA	171	SEBZE ÇORBA	110	YAYLA ÇORBA	205
GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE	215	KENTUCKY USULÜ TAVUK	380	HİNDİ SAÇ KAVURMA	301	İSPANAK YEMEĞİ	146	SEBZELİ MİSKET KÖFTE	279
PIRİNÇ PILAVI	412	DOMATES SOSLU MAKARNA	296	BULGUR PILAVI	347	PIRİNÇ PILAVI	412	ERİŞTE	262
PORTAKAL	97	ELMA	52	ARMUT	90	MUZ	130	MANDALİNA	63
BALLI BADEM	475	FIRIN SÜTLAÇ	339	ŞEKERPAZE	247	TRİLEÇE	301	CEVİZLİ KADAYIF	472
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA		KIRMIZI LAHANA SALATA	
HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA		HAVUÇ SALATA	
YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA		YEŞİLLİK SALATA	
BUĞDAY SALATA		MERCİMEK KÖFTE		KARIŞIK TURŞU		MISIRLI BIBER KAVURMA		PATATES SALATASI	
YOĞ.KÖZ PATLIÇAN SALATASI		MORZADE		CACIK		KABAK TARATOR		YOĞ.BIBER KIZARTMA	
MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU		MAYDANOZ/DEREOTU	

PROJE YÖNETİCİSİ HATİCE ERDOĞAN	DİYETİSYEN KERİMAN FEYZAL PEÇE	BÜRO PERSONELİ YASEMİN ŞAHİN	V.H.K.İ MUSTAFA ŞAHİN	Sağlık, Kültür ve Spor Başkanı V. MUSTAFA DAYAN
------------------------------------	-----------------------------------	---------------------------------	--------------------------	---