GALATASARAY ÜNİVERSİTESİ 2026 HAZİRAN AYI AKŞAM YEMEĞİ MENÜSÜ

1/6/2026	KCAL	2/6/2026	KCAL	3/6/2026	KCAL	4/6/2026	KCAL	5/6/2026
PAZARTESİ AKŞAM		SALI AKŞAM		ÇARŞAMBA AKŞAM		PERŞEMBE AKŞAM		CUMA AKŞAM
YAYLA ÇORBA	205	MERCİMEK ÇORBASI	215	ŞEHRİYE ÇORBA	215	EZOGELİN ÇORBASI	205	TARHANA ÇORBA
ÇITIR TAVUK	394	ET DÖNER	420	SOSLU KÖFTE	250	HİNDİ KAVURMA	269	ETLİ NOHUT
MAKARNA	296	PİRİNÇ PİLAV	372	KOL BÖREĞİ	309	ARPA ŞEHRİYE PİLAV	262	TEREYAĞLI PİLAV
ARMUT	90	ERİK	75	ÇİLEK	55	KAYISI	50	ERİK
ŞEKERPARE	391	FRAMBUAZLI KEŞKÜL	205	BÜLBÜL YUVASI	410	PROFİTEROL	352	LOKMA
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT
KIRMIZI LAHANA		SALATALIK		KIRMIZI LAHANA		SALATALIK		KIRMIZI LAHANA
HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ
YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK
KURU BÖRÜLCE SALATA		ZEYTİN SALATA		KARIŞIK TURŞU		BARBUNYA SALATA		MISIR SALATA
HAVUÇ TARATOR		YOĞ KIRMIZI LAHANA		CACIK		KAR SALATA		KISIR
MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU
8/6/2026	KCAL	9/6/2026	KCAL	10/6/2026	KCAL	11/6/2026	KCAL	12/6/2026
PAZARTESİ AKŞAM		SALI AKŞAM		ÇARŞAMBA AKŞAM		PERŞEMBE AKŞAM		CUMA AKŞAM
MERCİMEK ÇORBA	215	ISPANAK ÇORBA	100	DÜĞÜN ÇORBA	118	TARHANA ÇORBA	142	MANTAR ÇORBA
EKŞİLİ KÖFTE	298	IZGARA TAVUK	248	ETLİ KURU FASULYE	301	MACAR GULAŞ	339	PİZZA
ŞEH. PİRİNÇ PİLAV	378	RENKLİ BİBERLİ MAKARNA	326	TEREYAĞLI PİLAV	376	ŞEH BULGUR PİLAV	384	PATATES KIZARTMASI
ÇİLEK	55	KAYISI	50	KARPUZ	95	ERİK	75	NEKTARİN
HAVUÇ DİLİMİ	408	LİMONLU KEŞKÜL	205	BAKLAVA	425	KAZANDİBİ	250	ŞEKERPARE
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT
SALATALIK		KIRMIZI LAHANA		SALATALIK		KIRMIZI LAHANA		SALATALIK
HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ
YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK
KUSKUS SALATA		SOSLU PATLICAN		KARIŞIK TURŞU		PATATES SALATA		TAZE BÖRÜLCE SALATA
SOSLU KABAK		PAZI BORANİ		HAYDARİ		BARBUNYA SALATA		ÇİĞ KÖFTE
MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU
15/6/2026	KCAL	16/6/2026	KCAL	17/6/2026	KCAL	18/6/2026	KCAL	19/6/2026
PAZARTESİ AKŞAM		SALI AKŞAM		ÇARŞAMBA AKŞAM		PERŞEMBE AKŞAM		CUMA AKŞAM
ŞEHRİYE ÇORBA	215	SEBZE ÇORBA	110	MERCİMEK ÇORBA	215	BROKOLİ ÇORBA	110	DOMATES ÇORBA
PİLİÇ KAVURMA	280	ORMAN KEBABI	234	IZGARA KÖFTE	234	ETLİ BARBUNYA	301	ETLİ SEBZE GRATEN
MAKARNA	296	NOHUTLU PİLAV	482	ŞEH BULGUR PİLAV	384	PİRİNÇ PİLAV	372	BİBERLİ MAKARNA
NEKTARİN	50	KARPUZ	95	ÇİLEK	55	ERİK	75	ŞEFTALİ
SUPANGLE	220	FIRIN SÜTLAÇ	339	SARIBURMA	340	KAZANDİBİ	250	FRAMBUAZLI KEŞKÜL
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT
SALATALIK		KIRMIZI LAHANA		SALATALIK		KIRMIZI LAHANA		SALATALIK
HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ
YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK
SOSLU PATLICAN		KURU BÖRÜLCE SALATA		NOHUT SALATA		AMERİKAN SALATA		BARBUNYA SALATA
KABAK TARATOR		ÇİĞ KÖFTE		BİBER BORANİ		YOĞ. SEMİZOTU		CACIK
MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU
22/6/2026	KCAL	23/6/2026	KCAL	24/6/2026	KCAL	25/6/2026	KCAL	26/6/2026
PAZARTESİ AKŞAM		SALI AKŞAM		ÇARŞAMBA AKŞAM		PERŞEMBE AKŞAM		CUMA AKŞAM
MERCİMEK ÇORBA	215	ISPANAK ÇORBA	100	EZOGELİN ÇORBA	205	MANTAR ÇORBA	148	DOMATES ÇORBA
İSLİM KÖFTE	244	TAS KEBAP	346	MEVSİM TÜRLÜ	350	PİLİÇ ESCALOPE	280	MEVSİM BALIK
BULGUR PİLAV	376	ŞEHRİYELİ PİLAV	378	MİNİ RULO BÖREK	328	ERİŞTE	262	PİRİNÇ PİLAV
ERİK	75	ŞEFTALİ	57	ÇİLEK	55	KARPUZ	95	KAYISI
TAVUK GÖĞSÜ	232	ŞEKERPARE	391	VEZİR PARMAĞI	425	SÜTLAÇ	311	TEL KADAYIF
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT
SALATALIK		KIRMIZI LAHANA		SALATALIK		KIRMIZI LAHANA		SALATALIK
HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ		HAVUÇ
YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK		YEŞİLLİK
ACILI EZME		PATATES SALATA		KARIŞIK TURŞU		AMERİKAN SALATA		BARBUNYA SALATA
HAVUÇ TARATOR		KISIR		CACIK		KURU BÖRÜLCE SALATA		MISIR SALATA
MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU
29/6/2026	KCAL	30/6/2026	KCAL					
PAZARTESİ AKŞAM		SALI AKŞAM						
MERCİMEK ÇORBA	215	SEBZE ÇORBA	110					
PİLİÇ ŞİNİTZEL	278	İZMİR KÖFTE	276					
PİRİNÇ PİLAV	372	KOL BÖREĞİ	308					
NEKTARİN	50	KAYISI	50					
FIRIN SÜTLAÇ	339	LOKMA	412					
YOĞURT		YOĞURT						
SALATALIK		KIRMIZI LAHANA SAL						
HAVUÇ		HAVUÇ						
YEŞİLLİK		YEŞİLLİK						
ARPA ŞEHRİYE SALATA		CACIK						
ZEYTİN SALATA		NOHUT SALATA						
MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU						

PROJE YÖNETİCİSİ | DİYETİSYEN | BÜRO PERSONELİ | V.H.K.İ | Sağlık ,Kültür ve Spor Daire Başkan V.