



GALATASARAY ÜNİVERSİTESİ EKİM 2026 AKŞAM YEMEK MENÜSÜ

PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	1.10.2026 PERŞEMBE	KCAL	2.10.2026 CUMA	KCAL
						TARHANA ÇORBA	205	KÖYLÜ ÇORBA	160
						ÇITIR TAVUK	394	ETLİ TAZE FASULYE	221
						MAKARNA	280	PİRİNÇ PİLAV	412
						ŞEKERPARE	247	TEL KADAYIF	470
						ELMA	52	ERİK	75
						YOĞURT		YOĞURT	
						SALATBAR		SALATBAR	
						DOMATES/SALATALIK SÖĞÜŞ		KIR.LAHANA SALATA	
						HAVUÇ		HAVUÇ	
						YEŞİLLİK		YEŞİLLİK	
						BİBER BORANI		İSPANAK TARATOR	
						ZEYTİN SALATA		KURU BÖRÜLCE SALATA	
						MAYDANOZ-DEREOTU		MAYDANOZ-DEREOTU	

5.10.2026 PAZARTESİ	KCAL	6.10.2026 SALI	KCAL	7.10.2026 ÇARŞAMBA	KCAL	8.10.2026 PERŞEMBE	KCAL	9.10.2026 CUMA	KCAL
MANTAR ÇORBA	168	YAYLA ÇORBA	205	MERCİMEK ÇORBA	215	DOMATES ÇORBA	168	EZOĞELİN ÇORBA	205
TAS KEBAP	430	IZGARA KANAT	410	PÜRELİ ROSTO KÖFTE	301	YEŞİL MERCİMEK YEMEĞİ	290	SEBZE GRATEN	328
NOHUTLU BULGUR PİLAV	342	ARPA ŞEHRİYE PİLAV	330	PİRİNÇ PİLAV	412	MAKARNA	280	KOL BÖREĞİ	309

SUPANGLE 220	HAVUÇ DİLİMİ 408	LİMONLU KEŞKÜL 205	KAZANDİBİ 250	SÜTLAÇ 311
KAVUN 90	MUZ 130	ARMUT 90	ÜZÜM 90	ELMA 52
YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
SALATBAR	SALATBAR	SALATBAR	SALATBAR	SALATBAR
KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK HAVUÇ TARATOR ACILI EZME MAYDANOZ-DEREOTU	DOMATES/SALATALIK SÖĞÜŞ HAVUÇ YEŞİLLİK CACIK KARIŞIK TURŞU MAYDANOZ-DEREOTU	KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK MAKARNA SALATA KISIR MAYDANOZ-DEREOTU	DOMATES/SALATALIK SÖĞÜŞ HAVUÇ YEŞİLLİK KAR SALATA TAZE BÖRÜLCE SALATA MAYDANOZ-DEREOTU	KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK YOĞURTLU İSPANAK ZEYTİN SALATA MAYDANOZ-DEREOTU

12.10.2026 PAZARTESİ	KCAL	13.10.2026 SALI	KCAL	14.10.2026 ÇARŞAMBA	KCAL	15.10.2026 PERŞEMBE	KCAL	16.10.2026 CUMA	KCAL
MANTAR ÇORBA 148		DOMATES ÇORBA 168		EZOĞELİN ÇORBA 205		YAYLA ÇORBA 205		SEBZE ÇORBA 110	
TAVUK PİRZOLA 330		TEKİRDAĞ KÖFTE 390		PATLICAN MUSAKKA 328		PÜRELİ ET SOTE 430		ETLİ NOHUT 285	
ZEYTİNLİ MAKARNA 270		ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAV 384		GARNİTÜRLÜ PİLAV 365		SU BÖREĞİ 380		ŞEHRİYELİ PİLAV 445	
LOKMA TATLISI 412		SUPANGLE 220		SARIBURMA 410		KAZANDİBİ 250		BÜLBÜL YUVASI 450	
ARMUT 90		MUZ 130		ELMA 52		KAVUN 90		ARMUT 90	
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
SALATBAR		SALATBAR		SALATBAR		SALATBAR		SALATBAR	
DOMATES/SALATALIK SÖĞÜŞ HAVUÇ YEŞİLLİK HAVUÇ TARATOR BEYAZ LAHANA SALATA MAYDANOZ-DEREOTU		KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK KAR SALATA PATATES SALATA MAYDANOZ-DEREOTU		ÇOBAN SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK YOĞURTLU KIRMIZI LAHANA KURU BÖRÜLCE SALATA MAYDANOZ-DEREOTU		KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK ARPA ŞEHRİYE SALATA SOSLU PATLICAN MAYDANOZ-DEREOTU		KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK FALAFEL YEŞİL MERCİMEK SALATA MAYDANOZ-DEREOTU	

19.10.2026 PAZARTESİ	KCAL	20.10.2026 SALI	KCAL	21.10.2026 ÇARŞAMBA	KCAL	22.10.2026 PERŞEMBE	KCAL	23.10.2026 CUMA	KCAL
BROKOLİ ÇORBA 110		EZOĞELİN ÇORBA 205		YAYLA ÇORBASI 205		MERCİMEK ÇORBASI 215		ŞEHRİYE ÇORBA 195	
ET DÖNER 420		ETLİ BEZELYE 201		IZGARA KÖFTE 478		MEVSİM BALIK 200		PİZZA 266	
TEREYAĞLI PİLAV 376		BULGUR PİLAVI 347		ARPA ŞEHRİYE PİLAV 330		PATLICANLI BULGUR PİLAV 347		PATATES KIZARTMASI 366	
BAKLAVA 456		LİMONLU KEŞKÜL 205		TEL KADAYIF 470		UN HELVASI 430		VEZİR PARMAĞI 420	
KAVUN 90		ÜZÜM 90		ELMA 52		ARMUT 90		ÜZÜM 90	

YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT
SALATBAR	SALATBAR	SALATBAR	SALATBAR	SALATBAR
KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK YOĞURLU MAKARNA ZEYTİN SALATA MAYDANOZ-DEREOTU	KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK CACIK KARIŞIK TURŞU MAYDANOZ-DEREOTU	DOMATES/SALATALIK SÖĞÜŞ HAVUÇ YEŞİLLİK YOĞURLU KIRMIZI LAHANA KISIR MAYDANOZ-DEREOTU	KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK KEREVİZ TARATOR NOHUT SALATA MAYDANOZ-DEREOTU	DOMATES/SALATALIK SÖĞÜŞ HAVUÇ YEŞİLLİK AMERİKAN SALATA ÇİN PİRİNÇ SALATA MAYDANOZ-DEREOTU

26.10.2026 PAZARTESİ	KCAL	27.10.2026 SALI	KCAL	28.10.2026 ÇARŞAMBA	KCAL	29.10.2026 PERŞEMBE		30.10.2026 CUMA	
DOMATES ÇORBA	168	MANTAR ÇORBA	148	EZOĞELİN ÇORBA	205	SEBZE ÇORBA	110	TARHANA ÇORBA	205
FRANSIZ USULÜ TAVUK	415	SEBZELİ ÇOBAN KAVURMA	322	ETLİ SARMA	321	SOSLU MİDİ KÖFTE	349	SUCUKLU KURU FASULYE	285
ZEYTİNLİ MAKARNA	270	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	384	SU BÖREĞİ	380	FİRİK PILAVI	365	TEREYAĞLI PİRİNÇ PILAV	376
KADAYIFLI KEŞKÜL	210	HAVUÇ DİLİMİ	408	ŞEKERPARE	247	KAZANDİBİ	250	PROFİTEROL	352
MANDALİNA	63	ELMA	52	ARMUT	90	ÜZÜM	90	MUZ	130
YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT		YOĞURT	
SALATBAR		SALATBAR		SALATBAR		SALATBAR		SALATBAR	
KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK KAR SALATA ARPA ŞEHRİYE SALATA MAYDANOZ-DEREOTU		DOMATES/SALATALIK SÖĞÜŞ HAVUÇ YEŞİLLİK YOĞURLU İSPANAK BARBUNYA SALATA MAYDANOZ-DEREOTU		KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK KARIŞIK KIZARTMA ÇİĞ KÖFTE MAYDANOZ-DEREOTU		DOMATES/SALATALIK SÖĞÜŞ HAVUÇ YEŞİLLİK KABAK TARATOR PATATES SALATA MAYDANOZ-DEREOTU		KIR.LAHANA SALATA HAVUÇ YEŞİLLİK BİBER BORANI ACILI EZME MAYDANOZ-DEREOTU	

PROJE YÖNETİCİSİ
HATİCE ERDOĞAN

UZM.DİYETİSYEN
RİM DÖNMEZ

BÜRO PERSONELİ
YASEMİN ŞAHİN

V.H.K.İ.
EREN ORHAN

SAĞLIK,KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKAN V.
MUSTAFA DAYAN