

BANDIRMA ONYEDİ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ AĞUSTOS AYI YEMEK LİSTESİ

03.08.2020		04.08.2020		05.08.2020		06.08.2020		07.08.2020	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
		EZOĞELİN ÇORBA	206	SEBZE ÇORBA	100	TERBİYELİ ŞEHİRİYE ÇORBA	153	DOMATES ÇORBA	161
		KARNİYARİK	270	PİLİÇ PANE	392	ETLİ BEZELYE	360	ETLİ PATATES	345
RESMİ TATİL		Z.YAĞLI BAMYA	260	Z.YAĞLI BİBER DOLMA/YOĞURT	265	YEŞİL MERCİMEK	260	İMAMBAYILDI	194
		PİRİNÇ PİLAVI	392	SOSLU MAKARNA	296	GÜL BÖREĞİ	321	BULGUR PİLAVI	291
		AYRAN	110	KARPUZ	90	MEYVE SUYU	110	YOĞURT	124
10.08.2020		11.08.2020		12.08.2020		13.08.2020		14.08.2020	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
EZOĞELİN ÇORBA	206	MANTAR ÇORBA	125	YAYLA ÇORBA	275	TARHANA ÇORBA	290	MERCİMEK ÇORBA	132
HASANPAŞA KÖFTE	330	ETLİ NOHUT	369	ORMAN KEBABI	435	ETLİ KABAK DOLMA/YOĞURT	271	TAS KEBABI	385
Z.YAĞLI MANTAR SOTE	285	Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435	BARBUNYA PİLAKİ	228	KARIŞIK KIZARTMA/YOĞURT	435	YOĞURT SOSLU FALAFEL KÖFTE	332
MAKARNA	296	PİRİNÇ PİLAVI	392	ERİŞTE	296	PEYNİRLİ BÖREK	321	BULGUR PİLAVI	291
AYRAN	110	CACIK	131	SÜTLÜ İRMİK HELVA	430	KOMPOSTO	211	UZUM	98
17.08.2020		18.08.2020		19.08.2020		20.08.2020		21.08.2020	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
SEBZE ÇORBA	100	TOYGA ÇORBA	275	MERCİMEK ÇORBA	132	ŞEHİRİYE ÇORBA	153	EZOĞELİN ÇORBA	206
TAVUK PİRZOLA	405	PATLİCAN KEBABI	465	PATATES MUSAKKA	345	SEBZELİ KÖFTE	398	ARNAVUT CİĞERİ	540
Z.YAĞLI KABAK	220	MANTAR PİLAKİ	285	Z.YAĞLI SEMİZOTU/YOĞURT	247	PAZI SARMA/YOĞURT	186	Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435
PİRİNÇ PİLAVI	392	MAKARNA	296	ARPA ŞEHİRİYE PİLAVI	285	SU BÖREĞİ	378	MAKARNA	296
AYRAN	110	TULUMBA TATLISI	420	LİMONATA	79	KAYISI	72	YOĞURT	124
24.08.2020		25.08.2020		26.08.2020		27.08.2020		28.08.2020	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
ŞEHİRİYE ÇORBA	153	MERCİMEK ÇORBA	132	TARHANA ÇORBA	290	YAYLA ÇORBA	275	MENGEN ÇORBA	220
SAHAN KÖFTE	325	ETLİ KURU FASULYE	375	PATLİCAN OTURTMA	260	ELBASAN TAVA	375	MANTARLI TAVUK SARMA	325
İMAMBAYILDI	194	Z.YAĞLI ENGİNAR	184	Z.YAĞLI BAMYA	260	Z.YAĞLI TÜRLÜ	350	ŞAKŞUKA	248
SPAGETTİ	296	PİRİNÇ PİLAVI	392	BULGUR PİLAVI	291	KOL BÖREĞİ	321	ERİŞTE	296
AYRAN	110	SÜTLÜ NURİYE	455	YOĞURT	124	KAVUN	70	KOMPOSTO	211
31.08.2020									
PAZARTESİ	KCAL								
TAVUKSU YU ÇORBA	161								
BOSTAN KEBABI	460								
FİRİN SEBZE	153								
PİRİNÇ PİLAVI	392								
AYRAN	110								

AFİYET OLSUN