



BANDIRMA ONYEDİ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ KASIM AYI YEMEK LİSTESİ

01.11.2021		02.11.2021		03.11.2021		04.11.2021		05.11.2021	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
MERCİMEK ÇORBA	132	TAVUKSUYU ÇORBA	161	YAYLA ÇORBA	275	EZOĞELİN ÇORBA	206	SEBZE ÇORBA	100
PÜRELİ ET SOTE	392	SUCUKLU KURU FASULYE	375	İZMİR KÖFTE	325	ETLİ BEZELYE	350	PİLİÇ PANE	392
Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435	Z.YAĞLI BAMYA	260	YEŞİL MERCİMEK	260	Z.YAĞLI LAHANA SARMA/YOĞURT	231	ŞAKŞUKA	248
BULGUR PİLAVI	291	PİRİNÇ PİLAVI	392	SOSLU MAKARNA	296	PEYNİRLİ BÖREK	321	BULGUR PİLAVI	291
AYRAN	110	YOĞURT	124	MEYVE	130	SARAY SARMA	420	AYRAN	110
08.11.2021		09.11.2021		10.11.2021		11.11.2021		12.11.2021	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
DÜĞÜN ÇORBA	132	MERCİMEK ÇORBA	132	TAVUKSUYU ÇORBA	161	SEBZE ÇORBA	100	EZOĞELİN ÇORBA	206
ETLİ NOHUT	369	SEBZELİ KEBAP	385	SAHAN KÖFTE	325	TAVUK SOTE	325	PÜRELİ HASANPAŞA KÖFTE	433
Z.YAĞLI FIRIN SEBZE	153	Z.YAĞLI BÖRÜLCE	188	KABAK KALYE	192	YOĞURT SOSLU FALAFEL KÖFTE	332	Z.YAĞLI BİBER DOLMA/YOĞURT	265
PİRİNÇ PİLAVI	100	ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI	291	MAKARNA	296	MISIRLI PİLAV	392	PATATESLİ PİŞİ	340
YOĞURT	124	AYRAN	110	KEMALPAŞA TATLISI	420	MEYVE	130	HÖŞMERİM	420
15.11.2021		16.11.2021		17.11.2021		18.11.2021		19.11.2021	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
TEL ŞEHRİYE ÇORBA	153	DÜĞÜN ÇORBA	132	YAYLA ÇORBA	275	MERCİMEK ÇORBA	132	TARHANA ÇORBA	290
KADINBUDU KÖFTE/PATATES	417	TAS KEBABI	385	SEBZELİ PİLİÇ GRATİNE	306	ETLİ KIŞ TÜRLÜ	350	BALIK	443
KAPUSKA	196	BARBUNYA PİLAKİ	228	MÜCVER/YOĞURT	275	Z.YAĞLI İSPANAK/YOĞURT	281	SOSLU KARIŞIK KIZARTMA	435
KUSKUS	295	PİRİNÇ PİLAVI	392	SOSLU SPAGETTİ	296	BULGUR PİLAVI	291	MAKARNA	296
AYRAN	110	YOĞURT	124	MEYVE	130	TULUMBA TATLISI	400	TAHİN HELVA	420
22.11.2021		23.11.2021		24.11.2021		25.11.2021		26.11.2021	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
TAVUKSUYU ÇORBA	161	EZOĞELİN ÇORBA	206	MANTAR ÇORBA	125	ŞEHRİYE ÇORBA	153	DÜĞÜN ÇORBA	132
ETLİ NOHUT	369	ORMAN KEBABI	435	PATLICAN MUSAKKA	260	FIRIN TAVUK	405	ANTEP USULÜ EKŞİLİ KÖFTE	410
MANTAR SOTE	285	KARNABAHAAR KIZARTMA/YOĞURT	175	Z.YAĞLI KEREVİZ	165	PÜRELİ FIRIN SEBZE	306	PATATES KROKET	228
PİRİNÇ PİLAVI	392	GÜL BÖREĞİ	321	BULGUR PİLAVI	291	MISIRLI PİLAV	392	YOĞURLU MAKARNA	296
YOĞURT	124	HÖŞMERİM	420	AYRAN	110	MEYVE	130	KEŞKÜL	420
29.11.2021		30.11.2021							
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL						
DÜĞÜN ÇORBA	132	EZOĞELİN ÇORBA	206						
ETLİ KURU FASULYE	375	PİLİÇ PANE	392						
Z.YAĞLI BEZELYE	350	Z.YAĞLI PIRASA	231						
PİRİNÇ PİLAVI	392	MAKARNA	296						
YOĞURT	124	MEYVE SUYU	110						

AFİYET OLSUN