

BANDIRMA ONYEDİ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ ŞUBAT AYI YEMEK LİSTESİ

		01.02.2023		02.02.2023		03.02.2023				
			ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL		
			ET ÇORBASI	125	ŞEHİRİYE ÇORBA	153	EZOĞELİN ÇORBA	206		
			ORMAN KEBABI	436	TAVUK SOTE	385	KIYMALI PATATES GRATİNE	372		
			KAPUSKA	196	BARBUNYA PİLAKI	228	Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435		
			ERİŞTE	296	BULGUR PİLAVI	291	PİRİNÇ PİLAVI	392		
			REVANI	370	AYRAN	110	AŞURE	344		
06.02.2023		07.02.2023		08.02.2023		09.02.2023		10.02.2023		
			SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
			SEBZE ÇORBA	100	MERCİMEK ÇORBA	132	TAVUKSUYU ÇORBA	161	EZOĞELİN ÇORBA	206
			ETLİ KURU FASULYE	375	ÇİFTLİK KÖFTE	398	PİLİÇ TOPKAPI	430	KAĞIT KEBABI	400
			KARIŞIK KIZARTMA/YOĞURT	435	KABAK KALYE	192	Z.YAĞLI İSPANAK	281	MANTAR SOTE	285
			PİRİNÇ PİLAVI	392	MAKARNA	296	PEYNİRLİ BÖREK	321	PİRİNÇ PİLAVI	392
			PADIŞAH SARMASI	244	MEYVE	130	YOĞURT	124	KABAK TATLISI	326
13.02.2023		14.02.2023		15.02.2023		16.02.2023		17.02.2023		
			SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
			EZOĞELİN ÇORBA	206	ŞEHİRİYE ÇORBA	153	MERCİMEK ÇORBA	132	SEBZE ÇORBA	100
			HASANPAŞA KÖFTE	433	TAVUKLU BEZELYE	350	PİLİÇ PANE	392	PÜRELİ ET SOTE	340
			MÜCVER/YOĞURT	275	YEŞİL MERCİMEK	260	YUMURTALI İSPANAK	170	Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435
			SPAGETTİ	296	PİRİNÇ PİLAVI	392	BULGUR PİLAVI	291	PATATESLİ BÖREK	321
			MEYVE	130	ŞEKERPAZE	420	AYRAN	110	KOMPOSTO	166
20.02.2023		21.02.2023		22.02.2023		23.02.2023		24.02.2023		
			SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
			BROKOLİ ÇORBA	104	TOYGA ÇORBA	275	ŞEHİRİYE ÇORBA	153	EZOĞELİN ÇORBA	206
			ETLİ KURU FASULYE	375	MANTARLI TAVUK SOTE	385	PATATES OTURTMA	260	SEBZELİ KÖFTE	398
			Z.YAĞLI FIRIN SEBZE	153	YOĞURT SOSLU FALAFEL KÖFTE	332	YEŞİL MERCİMEK	260	Z.YAĞLI PIRASA	245
			PİRİNÇ PİLAVI	392	MAKARNA	296	BULGUR PİLAVI	391	FIRIN MAKARNA	422
			YOĞURT	124	SÜTLAÇ	420	CACIK	131	MEYVE	130
27.02.2023		28.02.2023								
			SALI	KCAL						
			MERCİMEK ÇORBA	132						
			TAVUK DÖNER	342						
			BARBUNYA PİLAKI	228						
			BULGUR PİLAVI	291						
			AYRAN	110						

AFİYET OLSUN