

## BANDIRMA ONYEDİ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ MAYIS AYI YEMEK LİSTESİ

03.05.2021		04.05.2021		05.05.2021		06.05.2021		07.05.2021	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
SEBZE ÇORBA	100	YAYLA ÇORBA	275	MERCİMEK ÇORBA	132	DOMATES ÇORBA	232	EZOĞELİN ÇORBA	206
ETLİ NOHUT	369	İZMİR KÖFTE	325	PATATES MUSAKKA	260	PİLİÇ PANE	392	SEBZELİ KEBAP	385
Z.YAĞLI BAMYA	260	KARNABAHAHAR PANE	277	Z.YAĞLI ENGİNAR	184	Z.YAĞLI BİBER DOLMA/YOĞURT	265	Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435
PİRİNÇ PİLAVI	392	MAKARNA	296	BULGUR PİLAVI	291	ERİŞTE	296	PİRİNÇ PİLAVI	392
YOĞURT	124	MEYVE	130	AYRAN	110	MEYVE SUYU	110	TULUMBA TATLISI	420
10.05.2021		11.05.2021		12.05.2021		13.05.2021		14.05.2021	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
DOMATES ÇORBA	232	SEBZE ÇORBA	100						
KADINBUDU KÖFTE	417	ETLİ KURU FASULYE	375						
ŞAKŞUKA	248	Z.YAĞLI FIRIN SEBZE	153	AREFE		BAYRAM TATİLİ		BAYRAM TATİLİ	
MAKARNA	296	PİRİNÇ PİLAVI	392						
AYRAN	110	YOĞURT	124						
17.05.2021		18.05.2021		19.05.2021		20.05.2021		21.05.2021	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
ET ÇORBA	132	KÖY ÇORBA	232	MERCİMEK ÇORBA	132	ŞEHRİYE ÇORBA	153	TOYGA ÇORBA	161
ETLİ NOHUT	369	MİTİTE KÖFTE	398	PATLICAN MUSAKKA	260	FIRIN TAVUK	405	ETLİ FIRIN TÜRLÜ	385
Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435	KARIŞIK KIZARTMA/YOĞURT	435	Z.YAĞLI BÖRÜLCE	288	YOĞURT SOSLU FALAFEL KÖFTE	332	Z.YAĞLI BAMYA	260
PİRİNÇ PİLAVI	392	MAKARNA	296	BULGUR PİLAVI	291	PİRİNÇ PİLAVI	392	MAKARNA	296
YOĞURT	124	LİMONATA	79	AYRAN	110	MEYVE	130	HÖŞMERİM	420
24.05.2021		25.05.2021		26.05.2021		27.05.2021		28.05.2021	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
MERCİMEK ÇORBA	132	DÜĞÜN ÇORBA	132	YAYLA ÇORBA	275	EZOĞELİN ÇORBA	206	SEBZE ÇORBA	100
ADANA KÖFTE/PATATES	420	ETLİ KURU FASULYE	375	PİLİÇ PANE	392	ELBASAN TAVA	375	SAHAN KÖFTE	325
MANTAR SOTE	285	İMAMBAYILDI	194	Z.YAĞLI FIRIN SEBZE	153	Z.YAĞLI BEZELYE	350	Z.YAĞLI KABAK DOLMA/YOĞURT	265
BULGUR PİLAVI	291	PİRİNÇ PİLAVI	392	SPAGETTİ	296	PİRİNÇ PİLAVI	392	ERİŞTE	296
AYRAN	110	YOĞURT	124	LİMONATA	79	KEMALPAŞA TATLI	420	MEYVE	130
31.05.2021									
PAZARTESİ	KCAL								
MERCİMEK ÇORBA	132								
PATATES OTURTMA	260								
MÜCVER / YOĞURT	275								
PEYNİRLİ KUSKUS	321								
HÖŞMERİM	420								

AFİYET OLSUN