

BANDIRMA ONYEDİ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EYLÜL AYI YEMEK LİSTESİ

01.09.2020		02.09.2020		03.09.2020		04.09.2020				
	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL		
	TARHANA ÇORBA	290	MERCİMEK ÇORBA	132	DOMATES ÇORBA	275	YOĞURTLU BUĞDAY ÇORBA	161		
	İZMİR KÖFTE	325	PATLICAN MUSAKKA	260	PİLİÇ PANE	392	ORMAN KEBABI	435		
	MÜCVER / YOĞURT	275	Z.YAĞLI BAMYA	260	Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435	ŞAKŞUKA	248		
	MAKARNA	296	BULGUR PİLAVI	291	SPAGETTİ	296	PİRİNÇ PİLAVI	392		
	MEYVE	130	YOĞURT	124	LİMONATA	79	KEMALPAŞA TATLISI	420		
07.09.2020		08.09.2020		09.09.2020		10.09.2020		11.09.2020		
	PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
	ŞEHİRİYE ÇORBA	153	MENGEN ÇORBA	220	BROKOLİ ÇORBA	100	MERCİMEK ÇORBA	132	TARHANA ÇORBA	290
	KARNİYARIK	270	HASANPAŞA KÖFTE	330	TAS KEBABI	385	TAVUK PİRZOLA	405	PATATES OTURTMA	345
	BARBUNYA PİLAKİ	228	YEŞİL MERCİMEK	260	Z.YAĞLI TÜRLÜ	350	YOĞURT SOSLU FALAFEL KÖFTE	332	İMAMBAYILDI	194
	PİRİNÇ PİLAVI	392	ERİŞTE	296	PEYNİRLİ MAKARNA	296	MISIRLI PİLAV	392	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	291
	YOĞURT	124	MEYVE	130	AŞURE	286	MEYVE SUYU	110	AYRAN	110
14.09.2020		15.09.2020		16.09.2020		17.09.2020		18.09.2020		
	PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
	KÖY ÇORBA	161	ŞEHİRİYE ÇORBA	153	DOMATES ÇORBA	232	SEBZE ÇORBA	100	MERCİMEK ÇORBA	132
	SAHAN KÖFTE	325	ETLİ BİBER DOLMA/YOĞURT	435	ARNAVUT CİĞERİ	540	ETLİ KURU FASULYE	375	TAVUK SOTE	325
	Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435	MANTAR PİLAKİ	285	PATLICAN MANCI	248	Z.YAĞLI BAMYA	260	Z.YAĞLI KABAK	220
	SOSLU MAKARNA	296	PEYNİRLİ BÖREK	321	MAKARNA	296	PİRİNÇ PİLAVI	392	BULGUR PİLAVI	291
	MEYVE	130	HÖŞMERİM	420	AYRAN	110	SÜTLÜ İRMİK HELVA	430	YOĞURT	124
21.09.2020		22.09.2020		23.09.2020		24.09.2020		25.09.2020		
	PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
	DOMATES ÇORBA	161	MANTAR ÇORBA	100	EZOĞELİN ÇORBA	206	ŞEHİRİYE ÇORBA	153	YAYLA ÇORBA	275
	KADINBUDU KÖFTE	417	ETLİ NOHUT	369	İSLİM KEBABI	335	PİLİÇ KAVURMA	392	ETLİ FIRIN GÜVEÇ	350
	YEŞİL MERCİMEK	260	Z.YAĞLI TÜRLÜ	350	KARIŞIK KIZARTMA/YOĞURT	435	BARBUNYA PİLAKİ	228	Z.YAĞLI BAMYA	260
	MAKARNA	296	PİRİNÇ PİLAVI	392	ERİŞTE	296	PİRİNÇ PİLAVI	392	GÜL BÖREĞİ	321
	AYRAN	110	KADAYIF	400	MEYVE	130	YOĞURT	124	SUPANGLE	420
28.09.2020		29.09.2020		30.09.2020						
	PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL				
	SEBZE ÇORBA	100	TARHANA ÇORBA	290	MERCİMEK ÇORBA	132				
	ETLİ KURU FASULYE	375	FIRIN TAVUK	405	SEBZELİ KÖFTE	398				
	SOSLU KARIŞIK KIZARTMA	435	Z.YAĞLI BİBER DOLMA/YOĞURT	265	Z.YAĞLI BEZELYE	350				
	PİRİNÇ PİLAVI	392	MAKARNA	296	PİRİNÇ PİLAVI	392				
	CACIK	131	MEYVE SUYU	110	TULUMBA TATLISI	420				
AFİYET OLSUN										