

GS ÜNİVERSİTESİ KASIM 2018 AKSAM YEMEK MENÜSÜ

PAZARTESİ		SALI		ÇARŞAMBA		PERŞEMBE		CUMA	
						01/11/2018		02/11/2018	
						MERCİMEK ÇORBA	178 KAL	BROKOLİ ÇORBA	100 KAL
						ÇİN USULÜ PİLİÇ KAVURMA	400 KAL	PATATES MUSAKKA	340 KAL
						PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	ŞEH. BULGUR PİLAVI	346 KAL
						KİVİ	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL
						EKLER PASTA	250 KAL	BALLI BALLI	364 KAL
						YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
						ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
						YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL
						HAVUÇ SALATA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL
						KIRMIZI LAHANA	10 KAL	PEMBE SULTAN	50 KAL
						KISIR	50 KAL	ACILI EZME	30 KAL
						MAYDANOZ/ DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/ DEREOTU	10 KAL
05/11/2018		06/11/2018		07/11/2018		08/11/2018		09/11/2018	
TUTMAÇ ÇORBA	131 KAL	EZOĞELİN ÇORBA	193 KAL	BROKOLİ ÇORBA	100 KAL	DOMATES ÇORBA	166 KAL	MERCİMEK ÇORBA	178 KAL
BİBER DOLMA	226 KAL	ORMAN KEBABI	320 KAL	KARNİYARIK	349 KAL	KADINBUDU KÖFTE	500 KAL	KURU FASULYE	255 KAL
KOL BÖREĞİ	370 KAL	BULGUR PİLAVI	346 KAL	PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	MAKARNA	296 KAL	BULGUR PİLAVI	420 KAL
ELMA	75 KAL	ARMUT	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL	KİVİ	75 KAL	ELMA	75 KAL
KEŞKÜL	200 KAL	PROFİTEROL	296 KAL	TULUMBA	350 KAL	MUHALLEBİ	200 KAL	CEV. KADAYIF	419 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL
HAVUÇ SALATA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL
KIRMIZI LAHANA	10 KAL	CACIK	40 KAL	ROKA/TURP	10 KAL	ZEYTİN SALATASI	30 KAL	GÖBEK	10 KAL
KABAK TARATOR	50 KAL	TURŞU	30 KAL	PIYAZ	50 KAL	YOĞ. KAPYA BİBER	50 KAL	MERCİMEK KÖFTE	50 KAL
MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL
12/11/2018		13/11/2018		14/11/2018		15/11/2018		16/11/2018	
KESME AŞI ÇORBA	215 KAL	DOMATES ÇORBA	166 KAL	MERCİMEK ÇORBA	178 KAL	SEBZE ÇORBA	100 KAL	YAYLA ÇORBA	182 KAL
İNEGÖL KÖFTE	370 KAL	TAVUK BAGET	380 KAL	TAS KEBABI	420 KAL	BALIK PANE	458 KAL	ETLİ TAZE FASULYE	200 KAL
PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	KUSKUS	296 KAL	PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	MAKARNA	296 KAL	ŞARK PİLAVI	420 KAL
ELMA	75 KAL	PORTAKAL	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL	ELMA	75 KAL	ARMUT	75 KAL
KAZANDİBİ	200 KAL	KABAK TATLISI	359 KAL	SUPANGLE	200 KAL	İRMİK HELVASI	400 KAL	REVANİ	378 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	GÖBEK	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL
HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL
KIRMIZI LAHANA	10 KAL	HAVUÇ TARATOR	50 KAL	YOĞ. KARIŞIK KIZARTMA	50 KAL	MUHAMMARA	50 KAL	AMERİKAN SALATA	50 KAL
HAYDARİ	40 KAL	PATATES SALATASI	50 KAL	ÇİĞ KÖFTE	50 KAL	NOHUTLU TABBULE	50 KAL	KISIR	50 KAL
MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL
19/11/2018		20/11/2018		21/11/2018		22/11/2018		23/11/2018	
SEBZE ÇORBA	100 KAL	DOMATES ÇORBA	166 KAL	VEZİR ÇORBA	190 KAL	MERCİMEK ÇORBA	178 KAL	BROKOLİ ÇORBA	100 KAL
ETLİ NOHUT	275 KAL	ET DÖNER	430 KAL	İÇLİ KÖFTE	430 KAL	FİRİN TAVUK KANAT	320 KAL	KIYMALI İSPANAK	185 KAL
BULGUR PİLAVI	346 KAL	PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	SPAGETTİ	296 KAL	BULGUR PİLAVI	346 KAL	GÜL BÖREĞİ	370 KAL
MUZ	75 KAL	PORTAKAL	75 KAL	ELMA	75 KAL	ARMUT	75 KAL	KİVİ	75 KAL
TAVUK GÖĞSÜ	200 KAL	HAŞHAŞLI TATLI	397 KAL	KEŞKÜL		AYVA TATLISI		HAVUÇ DİLİM BAKLAVA	
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL
HAVUÇ SALATA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL
KIRMIZI LAHANA	10 KAL	NOHUTLU TABBULE	50 KAL	YOĞ. İSPANAK	50 KAL	HAVUÇ TARATOR	50 KAL	ROKA/TURP	10 KAL
KABAK TARATOR	50 KAL	YOĞ. BADEM	50 KAL	KISIR	50 KAL	SOSLU PEYNİR TOPLARI	70 KAL	PIYAZ	50 KAL
MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL
26/11/2018		27/11/2018		28/11/2018		29/11/2018		30/11/2018	
TARHANA ÇORBA	105 KAL	DOMATES ÇORBA	166 KAL	ALACA ÇORBA	120 KAL	EZOĞELİN ÇORBA	193 KAL	BROKOLİ ÇORBA	100 KAL
HASANPAŞA KÖFTE	390 KAL	MEVSİM BALIK	458 KAL	KIYMALI KAPUSKA	190 KAL	TAVUK ŞİNİTZEL	450 KAL	KABAK KALYE	250 KAL
ŞARK PİLAVI	420 KAL	KUSKUS	296 KAL	FİRİN MAKARNA	370 KAL	BULGUR PİLAVI	346 KAL	PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL
ELMA	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL	ARMUT	75 KAL	KİVİ	75 KAL	ELMA	75 KAL
TULUMBA	350 KAL	İRMİK HELVASI	400 KAL	CEV. KADAYIF	419 KAL	MUHALLEBİ	200 KAL	PASTA	300 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	GÖBEK	10 KAL
HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	JAPON SALATA	30 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL
İTALYAN SALATA	30 KAL	TURŞU	30 KAL	ACILI EZME	30 KAL	MISIR SALATASI	30 KAL	ÇİĞ KÖFTE	50 KAL
KABAK TARATOR	50 KAL	CACIK	40 KAL	ÇERKEZ SALATA	50 KAL	YOĞ. KAPYA BİBER	50 KAL	MUHAMMARA	50 KAL
MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL

PROJE YÖNETİCİSİ
YASEMİN ŞAHİN

BÖLGE MÜDÜRÜ
UĞUR SENEL

SAĞLIK, KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKANI
YUSUF GOCUK