



# GS ÜNİVERSİTESİ ARALIK 2018 AKSAM YEMEK MENÜSÜ

PAZARTESİ	SALI		ÇARŞAMBA		PERŞEMBE		CUMA		
03/12/2018	04/12/2018		05/12/2018		06/12/2018		07/12/2018		
MERCİMEK ÇORBA	178 KAL	VEZİR ÇORBA	190 KAL	YAYLA ÇORBA	182 KAL	ŞEHRİYE ÇORBA	120 KAL	EZOGELİN ÇORBA	193 KAL
PIZZA	410 KAL	SEBZELİ KEBAP	320 KAL	TAZE FASULYE	200 KAL	TAVUK SARMA	375 KAL	BODRUM KÖFTE	350 KAL
AYVA DİLİMİ PATATES	310 KAL	ŞEH. BULGUR PİLAVI	346 KAL	ŞARK PİLAVI	420 KAL	ERİŞTE	296 KAL	PIRİNÇ PİLAVI	420 KAL
ARMUT	75 KAL	KİVİ	75 KAL	ELMA	75 KAL	PORTAKAL	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL
CEV. BAKLAVA	408 KAL	AYVA TATLISI	205 KAL	LOKMA TATLISI	350 KAL	SUPANGLE	200 KAL	HAŞHAŞLI TATLI	397 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	YEŞİL SALATA	10 KAL
HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	MERCİMEK KÖFTE	50 KAL
MISIR SALATASI	30 KAL	TURŞU	30 KAL	ZEYTİN SALATASI	30 KAL	PEYNİR TOPLARI	70 KAL	JAPON SALATA	30 KAL
PEMBE SULTAN	50 KAL	CACIK	40 KAL	HADYARI	40 KAL	MAKARNA SALATASI	50 KAL	ROKA/TURP	10 KAL
MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL
10/12/2018	11/12/2018	12/12/2018	13/12/2018	14/12/2018					
DOMATES ÇORBA	166 KAL	SEBZE ÇORBASI	100 KAL	YÜKSÜK ÇORBA	147 KAL	NANELİ YOĞURT ÇORBA	176 KAL	BROKOLİ ÇORBA	100 KAL
MEVSİM BALIK	458 KAL	TAVUK BAGET	380 KAL	YAPRAK SARMA	200 KAL	HASAN PAŞA KÖFTE	390 KAL	KURU FASULYE	255 KAL
KUSKUS	296 KAL	ŞEHRİVELİ PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	KOL BÖREĞİ	370 KAL	BULGUR PİLAVI	346 KAL	PIRİNÇ PİLAVI	420 KAL
ARMUT	75 KAL	PORTAKAL	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL	ELMA	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL
İRMİK HELVA	400 KAL	KEMAL PAŞA TATLISI	270 KAL	TAVUK GÖŞÜ	200 KAL	REVANİ	378 KAL	KALBURABASTI	312 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
JÜLYEN SALATA	30 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	ÇİĞ KÖFTE	50 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL
PIYAZ	50 KAL	MUHAMMARA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	PATLICAN EZME	30 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL
AMERİKAN SALATA	50 KAL	HAVUÇ TARATOR	50 KAL	NOHUTLU TABBULE	50 KAL	YOĞ. BİBER KIZARTMA	50 KAL	PANÇO	50 KAL
MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL
17/12/2018	18/12/2018	19/12/2018	20/12/2018	21/12/2018					
MERCİMEK ÇORBA	178 KAL	DOMATES ÇORBA	166 KAL	ALACA ÇORBA	120 KAL	EZOGELİN ÇORBA	193 KAL	SEBZE ÇORBA	100 KAL
TAVUK ŞİŞ	330 KAL	ET DÖNER	430 KAL	BİBER DOLMA	226 KAL	PÜRELİ KADINBUDU KÖFTE	350 KAL	KARNİYARIK	349 KAL
ŞARK PİLAVI	420 KAL	PIRİNÇ PİLAVI	420 KAL	SU BÖREĞİ	370 KAL	MANTI	410 KAL	ŞEH. BULGUR PİLAVI	346 KAL
PORTAKAL	75 KAL	KİVİ	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL	ELMA	75 KAL	ARMUT	75 KAL
VEZİR PARMAĞI	320 KAL	CEVİZLİ KADAYIF	419 KAL	EKLER PASTA	250 KAL	TRİLEÇE	300 KAL	MEYVELİ PUDİNG	200 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	YEŞİL SALATA	10 KAL
HAVUÇ SALATA	10 KAL	ACILI EZME	30 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	TURŞU	30 KAL	PIYAZ	50 KAL
MISIR SALATASI	30 KAL	TURP/ROKA	10 KAL	SOSLU PEYNİR TOPLARI	70 KAL	MUHAMMARA	50 KAL	TURŞU	30 KAL
KABAK TARATOR	50 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	PEMBE SULTAN	50 KAL	CACIK	40 KAL	AMERİKAN SALATA	50 KAL
MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL
24/12/2018	25/12/2018	26/12/2018	27/12/2018	28/12/2018					
EZOGELİN ÇORBA	193 KAL	BROKOLİ ÇORBA	100 KAL	NANELİ YOĞURT ÇORBA	176 KAL	DOMATES ÇORBA	166 KAL	EZOGELİN ÇORBA	193 KAL
MEVSİM BALIK	458 KAL	FIRIN TAVUK	330 KAL	ETLİ NOHUT	275 KAL	İÇLİ KÖFTE	430 KAL	FIRIN TÜRLÜ	280 KAL
SPAGETTİ	296 KAL	PIRİNÇ PİLAVI	420 KAL	BULGUR PİLAVI	346 KAL	MANTI	410 KAL	MAKARNA	296 KAL
MANDALİNA	75 KAL	ELMA	75 KAL	MUZ	75 KAL	MANDALİNA	75 KAL	PORTAKAL	75 KAL
TAHİN HELVA	337 KAL	PROFİTEROL	296 KAL	KAZANDIBI	200 KAL	ŞÖBİYET	408 KAL	KAZANDIBI	200 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	MISIR SALATASI	30 KAL	ZEYTİN SALATASI	30 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL
KIRMIZI LAHANA	10 KAL	JÜLYEN SALATA	30 KAL	MERCİMEK KÖFTE	50 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	ÇİĞ KÖFTE	50 KAL
YOĞ. BADEM	50 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	YOĞ. KAPYA	50 KAL	MAKARNA SALATASI	50 KAL	AMERİKAN SALATA	50 KAL
MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL
31/12/2018	01/01/2019	02/01/2019	03/01/2019	04/01/2019					
YAYLA ÇORBA	182 KAL								
HİNDİ TANDIR	450 KAL								
ERİŞTE	296 KAL								
ELMA	75 KAL								
SÜTLAÇ	322 KAL								
YOĞURT	121 KAL								
ÇOBAN SALATA	30 KAL								
YEŞİL SALATA	10 KAL								
HAVUÇ SALATA	10 KAL								
KIRMIZI LAHANA	10 KAL								
KABAK TARATOR	50 KAL								
MAYDANOZ/DEREOTU	10 KAL								

PROJE YÖNETİCİSİ  
YASEMİN ŞAHİN

BÖLGE MÜDÜRÜ  
UĞUR SENEL

SAĞLIK, KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKANI  
YUSUF GOCUK