



# GS ÜNİVERSİTESİ ARALIK 2018 ÖĞLE MENÜSÜ

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
03/12/2018	04/12/2018	05/12/2018	06/12/2018	07/12/2018
İARHANA ÇORBA 105 KAL	SEBZE ÇORBA 100 KAL	EZOĞELİN ÇORBA 193 KAL	MERCİMEK ÇORBA 178 KAL	DOMATES ÇORBA 166 KAL
MANTAR SOSLU TAVUK 380 KAL	ETLİ NOHUT 275 KAL	İÇLİ KÖFTE 430 KAL	BİBER DOLMA 226 KAL	MEVŞİM BALIK 458 KAL
ŞEH. BULGUR PİLAVI 346 KAL	PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	MANTI 410 KAL	SU BÖREĞİ 370 KAL	SPAGETTİ 296 KAL
ELMA 75 KAL	PORTAKAL 75 KAL	MANDALİNA 75 KAL	KİVİ 75 KAL	ARMUT 75 KAL
KAZANDIBİ 200 KAL	VEZİR PARMAGI 320 KAL	SÜTLAÇ 322 KAL	REVANI 378 KAL	KABAK TATLISI 359 KAL
ZY. TAZE FASULYE 100 KAL	ZY. KARNABAHAH 100 KAL	ZY. MANTAR 100 KAL	ZY. ŞAKŞUKA 100 KAL	ZY. BARBUNYA 100 KAL
DİY. KÖFTE 380 KAL	DİY. TAVUK IZGARA 380 KAL	DİY. SEBZE GRATEN 180 KAL	DİY. ET HAŞLAMA 380 KAL	DİY. BEZELYE 100 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
EZOĞELİN ÇORBA 193 KAL	NANELİ YOĞURT ÇORBA 176 KAL	MERCİMEK ÇORBA 178 KAL	VEZİR ÇORBA 190 KAL	ŞEHRİYE ÇORBA 120 KAL
ET DÖNER 430 KAL	PÜRELİ ROSTO KÖFTE 350 KAL	ET SOTE 420 KAL	KIYMALI İSPANAK 185 KAL	TAVUK SOTE 185 KAL
PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	BULGUR PİLAVI 346 KAL	PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	GÜL BÖREĞİ 370 KAL	MAKARNA 296 KAL
ELMA 75 KAL	KİVİ 75 KAL	MUZ 75 KAL	MANDALİNA 75 KAL	PORTAKAL 75 KAL
TRİLEÇE 300 KAL	EKLER PASTA 250 KAL	ŞÖBİYET 408 KAL	SUPANGLE 200 KAL	KEMAL PAŞA TATLISI 270 KAL
ZY. BROKOLİ 100 KAL	ZY. ŞAKŞUKA 100 KAL	ZY. YAPRAK SARMA 100 KAL	ZY. PIRASA 100 KAL	ZY. KABAK 100 KAL
DİY. SEBZE SOTE 225 KAL	DİY. TAVUK HAŞLAMA 380 KAL	DİY. HİNDİ 380 KAL	DİY. TON BALIĞI 190 KAL	DİY. TAZE FASULYE 100 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	PATLIÇAN EZME 30 KAL	KIRMIZI LAHANA 10 KAL
AMERİKAN SALATA 50 KAL	HAVUÇ TARATOR 10 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
VEZİR ÇORBA 190 KAL	EZOĞELİN ÇORBA 193 KAL	ARPA ŞEHRİVELİ ÇORBA 120 KAL	TUTMAÇ ÇORBA 131 KAL	DOMATES ÇORBA 166 KAL
EKŞİLİ KÖFTE 350 KAL	MEVŞİM BALIK 458 KAL	ÇİN USULÜ PİLİÇ 400 KAL	GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE 255 KAL	ARNAVUT CİĞERİ 513 KAL
SPAGETTİ 296 KAL	KUSKUS 296 KAL	BULGUR PİLAVI 346 KAL	PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	ERİŞTE 296 KAL
ELMA 75 KAL	MANDALİNA 75 KAL	PORTAKAL 75 KAL	ARMUT 75 KAL	PORTAKAL 75 KAL
HAVUÇ DİLİM BAKLAVA 408 KAL	İRMİK HELVASI 400 KAL	SARAY GÜZELİ 300 KAL	AYVA TATLISI 205 KAL	CEVİZLİ KADAYIF 419 KAL
ZY. KARNABAHAH 100 KAL	ZY. BARBUNYA 100 KAL	ZY. LAHANA SARMASI 100 KAL	ZY. BİBER DOLMA 100 KAL	ZY. KAPYA 100 KAL
DİY. ET HAŞLAMA 380 KAL	DİY. KABAK 100 KAL	DİY. BEZELYE 100 KAL	DİY. KÖFTE 380 KAL	DİY. SEBZE GRATEN 180 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	ACILU 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
BROKOLİ ÇORBA 100 KAL	MERCİMEK ÇORBA 178 KAL	ANADOLU ÇORBA 150 KAL	EZOĞELİN ÇORBA 193 KAL	TARHANA ÇORBA 105 KAL
TAVUK ŞİNİTZEL 450 KAL	ETLİ TÖRLÜ 280 KAL	BODRUM KÖFTE 350 KAL	BEZELYE KEBAP 290 KAL	HİNDİ TANDIR 450 KAL
PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	KİLİS PİLAVI 346 KAL	PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL	BULGUR PİLAVI 346 KAL	KESTANELİ PİLAV 420 KAL
ELMA 75 KAL	PORTAKAL 75 KAL	MANDALİNA 75 KAL	KİVİ 75 KAL	ELMA 75 KAL
REVANI 378 KAL	SÜTLÜ NURİYE 408 KAL	HAŞHAŞLI TATLI 397 KAL	KABAK TATLISI 359 KAL	PASTA 300 KAL
ZY. TAZE FASULYE 100 KAL	ZY. YAPRAK SARMA 100 KAL	ZY. İSPANAK 100 KAL	ZY. KAPYA 100 KAL	ZY. BROKOLİ 100 KAL
DİY. KÖFTE 380 KAL	DİY. TON BALIĞI 190 KAL	DİY. TAZE FASULYE 100 KAL	DİY. TAVUK IZGARA 380 KAL	DİY. KABAK 100 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
MERCİMEK ÇORBA 178 KAL				
IZGARA KÖFTE 380 KAL				
PİRİNÇ PİLAVI 420 KAL				
MANDALİNA 75 KAL				
PEYNİR TATLISI 270 KAL				
ZY. BARBUNYA 100 KAL				
DİY. SEBZE SOTE 225 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				