



GS ÜNİVERSİTESİ AĞUSTOS 2018 ÖĞLE MENÜSÜ

SALI		ÇARŞAMBA		PERŞEMBE		CUMA	
01/08/2018		02/08/2018		03/08/2018		04/08/2018	
MANTAR ÇORBA	100 KAL	MANTAR ÇORBA	100 KAL	YAYLA ÇORBA	182 KAL	MERCİMEK ÇORBA	178 KAL
TAVUK BUT KIZARTMA	320 KAL	TAVUK BUT KIZARTMA	320 KAL	ETLİ TÜRLÜ	280 KAL	BODRUM KÖFTE	350 KAL
ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI	420 KAL	ŞARK PİLAVI	377 KAL	MAKARNA	296 KAL
SUPANGLE	250 KAL	SUPANGLE	250 KAL	EKLER PASTA	250 KAL	PASTA	300 KAL
KAVUN	75 KAL	KAVUN	75 KAL	MUZ	75 KAL	ERIK	75 KAL
DIY. BAMYA	100 KAL	DIY. BAMYA	100 KAL	DIY. TAVUK SOTE	380 KAL	DIY. SEBZE KAVURMA	225 KAL
ZEYTİN Y. İSPANAK	100 KAL	ZEYTİN Y. İSPANAK	100 KAL	ZEYTİN Y. YAPRAK SARMA	100 KAL	ZEYTİN Y. BARBUNYA	100 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
YEŞİL SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL	GÖBEK SALATA	10 KAL	YEŞİL SALATA	10 KAL
ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
MISIR SALATASI	30 KAL	MISIR SALATASI	30 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	HAVUÇ SALATASI	10 KAL
ACILI EZME	30 KAL	ACILI EZME	30 KAL	MANTAR SALATASI	30 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL
HAYDARI	40 KAL	HAYDARI	40 KAL	YOG. SEMİZOTU	50 KAL	YOG. KAPYA	50 KAL
MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL
06/08/2018		07/08/2018		08/08/2018		09/08/2018	
EZOĞELİN ÇORBA	193 KAL	AYRANAŞI ÇORBA	142 KAL	ŞAFAK ÇORBA	125 KAL	NANELİ YOĞURT ÇORBA	176 KAL
TAVUK ŞİNİTZEL	450 KAL	KARNİYARIK	349 KAL	FIRIN KÖFTE	375 KAL	BİBER DOLMA	226 KAL
ERİŞTE	296 KAL	PIRİNÇ PİLAVI	420 KAL	KUSKUS MAKARNA	296 KAL	PATATESLİ GÜL BÖREĞİ	420 KAL
REVANI	378 KAL	PROFİTEROL	296 KAL	SÜTLAÇ	322 KAL	KIBRIS TATLISI	308 KAL
KARPUZ	75 KAL	ŞEFTALI	75 KAL	ERIK	75 KAL	KAVUN	75 KAL
DIY. BROKOLİ	100 KAL	DIY. ET HAŞLAMA	380 KAL	DIY.İSPANAK	100 KAL	DIY. TON BALIK	190 KAL
ZEYTİN Y. SEMİZOTU	100 KAL	ZEYTİN Y. BEZELYE	100 KAL	ZEYTİN Y. KABAK	100 KAL	ZEYTİN Y. ORBIT	100 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
YEŞİL SALATA	10 KAL	GÖBEK SALATA	10 KAL	ROKALI GÖBEK	10 KAL	GÖBEK SALATA	10 KAL
ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
MISIRLI HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	JÜLYEN SALATA	30 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL
KIRMIZI LAHANA	10 KAL	ZEYTİN SALATASI	30 KAL	KORNIŞONLU BIBER KAVURMA	50 KAL	SOSLU PEYNİR TOPLARI	70 KAL
YOG. MAYDANOZ EZME	50 KAL	HAVUÇ TARATOR	50 KAL	HAYDARI	40 KAL	YOG. BADEM	50 KAL
MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL
13/08/2018		14/08/2018		15/08/2018		16/08/2018	
TAVUK SUYU ÇORBA	139 KAL	NANELİ YOĞURT ÇORBA	176 KAL	DOMATES ÇORBA	169 KAL	MERCİMEK ÇORBA	178 KAL
İSLİM KÖFTE	390 KAL	ETLİ TAZE FASULYE	200 KAL	TAVUK KANAT	320 KAL	KIYMALI SEMİZOTU	220 KAL
PIRİNÇ PİLAVI	420 KAL	MAKARNA	296 KAL	ŞARK PİLAVI	377 KAL	PEYNİRLİ BÖREK	370 KAL
ŞEKERPAZE	364 KAL	FIRIN SÜTLAÇ	322 KAL	EKLER PASTA	250 KAL	KAZANDIBI	200 KAL
KARPUZ	75 KAL	ERIK	75 KAL	KAVUN	75 KAL	MUZ	75 KAL
DIY. KEREVİZ	100 KAL	DIY. KÖFTE	380 KAL	DIY. KARNABAHAHAR	100 KAL	DIY. TAVUK İZGARA	380 KAL
ZEYTİN Y. İSPANAK	100 KAL	ZEYTİN Y. BAMYA	100 KAL	ZEYTİN Y. ŞAKŞUKA	100 KAL	ZEYTİN Y. YAPRAK SARMA	100 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
YEŞİL SALATA	10 KAL	GÖBEK SALATA	10 KAL	ROKALI GÖBEK	10 KAL	GÖBEK SALATA	10 KAL
ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
HAVUÇ SALATA	10 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL
KAPYA SALATA	30 KAL	KISIR	50 KAL	ZEYTİN SALATASI	30 KAL	KORNIŞONLU BIBER	50 KAL
MAKARNA SALATASI	50 KAL	YOG. İSPANAK	50 KAL	HAVUÇ TARATOR	50 KAL	HAYDARI	40 KAL
MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL
20/08/2018		21/08/2018		22/08/2018		23/08/2018	
		KURBAN		KURBAN		KURBAN	
AREFE		BAYRAMINIZ		BAYRAMINIZ		BAYRAMINIZ	
GÜNÜ		KUTLU		KUTLU		KUTLU	
		OLSUN		OLSUN		OLSUN	
27/08/2018		28/08/2018		29/08/2018		30/08/2018	
BROKOLİ ÇORBA	100 KAL	MERCİMEK ÇORBA	178 KAL	KESME AŞI ÇORBA	215 KAL	YUVALAMA ÇORBA	140 KAL
İÇLİ KÖFTE	430 KAL	KAŞARLI KABAK KALYE	250 KAL	TAVUK SOTE	380 KAL	GÜVEÇ TÜRLÜ	280 KAL
MANTI	410 KAL	GÜL BÖREĞİ	370 KAL	PIRİNÇ PİLAVI	420 KAL	MAKARNA	296 KAL
MUHALLEBI	200 KAL	KEŞKÜL	200 KAL	EKLER PASTA	250 KAL	PASTA	300 KAL
KARPUZ	75 KAL	UZUM	75 KAL	KAVUN	75 KAL	ERIK	75 KAL
DIY. KEREVİZ	100 KAL	DIY. ET SOTE	380 KAL	DIY. KARNABAHAHAR	100 KAL	DIY. TAVUK İZGARA	380 KAL
ZEYTİN Y. ŞAKŞUKA	100 KAL	ZEYTİN Y. ORBIT	100 KAL	ZEYTİN Y. BAMYA	100 KAL	ZEYTİN Y. YAPRAK SARMA	100 KAL
YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL	YOĞURT	121 KAL
YEŞİL SALATA	10 KAL	GÖBEK SALATA	10 KAL	ROKALI GÖBEK	10 KAL	GÖBEK SALATA	10 KAL
ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
MISIRLI HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	JÜLYEN SALATA	30 KAL	HAVUÇ SALATA	10 KAL
KIRMIZI LAHANA	10 KAL	KORNIŞONLU BIBER	50 KAL	MAKARNA SALATASI	50 KAL	SOSLU PEYNİR TOPLARI	70 KAL
HAYDARI	40 KAL	YOG. SEMİZOTU	50 KAL	YOG. BADEM	50 KAL	PEMBE SULTAN	50 KAL
MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL
31/08/2018							
EZOĞELİN ÇORBA	193 KAL						
KARIŞIK İZGARA	390 KAL						
İÇ PİLAVI	420 KAL						
DONDURMA	207 KAL						
ŞEFTALI	75 KAL						
DIY. İSPANAK	100 KAL						
ZY. ENGİNAR	100 KAL						
YOĞURT	121 KAL						
YOĞURT	121 KAL						
YOĞURT	121 KAL						
YEŞİL SALATA	10 KAL	GÖBEK SALATA	10 KAL	ROKALI GÖBEK	10 KAL	GÖBEK SALATA	10 KAL
ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL	ÇOBAN SALATA	30 KAL
MISIRLI HAVUÇ SALATA	10 KAL	KIRMIZI LAHANA	10 KAL	JÜLYEN SALATA	30 KAL	HAVUÇ SALATASI	10 KAL
KIRMIZI LAHANA	10 KAL	KORNIŞONLU BIBER	50 KAL	MAKARNA SALATASI	50 KAL	ÇİĞ KÖFTE	50 KAL
HAYDARI	40 KAL	YOG. SEMİZOTU	50 KAL	YOG. BADEM	50 KAL	YOG. İSPANAK	50 KAL
MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL	MAYDANOZ-DEREOTU	10 KAL