



ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ

İFTAR MENÜSÜ

GÜNLER	1. HAFTA	2.HAFTA	3. HAFTA	4. HAFTA	5.HAFTA
PAZARTESİ	29 Mayıs 2017	5 Haziran 2017	12 Haziran 2017	19 Haziran 2017	26 Haziran 2017
	Yayla Çorba	Mantar Çorbası	Sebze Çorbası	Köylü Çorbası	
	Tavuk Baget Patates Kızartması	Sulu Köfte	Rosto Kebap	Hamburger Köfte(Patates pürelı)	
	Spagetti Makarna	Pirinç Pilavı	İç Pilav	Şakşuka	BAYRAM TATİLİ
	Çoban Salata	Tel Kadayıf	Ayran	Rus Salatası	
KALORİ	960 kkal	1140 kkal	1068 kkal	1075 kkal	
SALI	30 Mayıs 2017	6 Haziran 2017	13 Haziran 2017	20 Haziran 2017	27 Haziran 2017
	Kaşarlı Domates Çorbası	Tutmaç Çorbası	Ezogelin Çorbası	Toyga Çorbası	
	Yoğurtlu Mantı	İslim Kebabı	İnegöl Köfte	Tavuk Pirzola(Patates ile)	
	Zyt Taze Fasulye	Spagetti Makarna	Yoğurtlu Makarna	Kısır	BAYRAM TATİLİ
	Lokma Tatlısı	Kayısı Hoşafı	Mevsim Salata	Kiraz	
KALORİ	1205 kkal	1180 kkal	963 kkal	977 kkal	
ÇARŞAMBA	31 Mayıs 2017	7 Haziran 2017	14 Haziran 2017	21 Haziran 2017	28 Haziran 2017
	Yeşil Mercimek Çorbası	Ezogelin Çorbası	Mercimek Çorbası	Yayla Çorba	
	Kadınbudu Köfte	Izgara Tavuk (Patates Kızartması)	Tavuk Şinitzel	Bahçevan Kebap	
	Sade Makarna	Zeytinyağlı Biber Dolması	Karışık Kızartma	Kol Böreği	
	Mevsim Salata	Karpuz	Yoğurt	Karışık Meyve Hoşafı	
KALORİ	1098 kkal	1057 kkal	1014 kkal	1063 kkal	
PERŞEMBE	1 Haziran 2017	8 Haziran 2017	15 Haziran 2017	22 Haziran 2017	29 Haziran 2017
	Mercimek Çorbası	Tavuksuyu Çorbası	Buğday Çorbası	Şehriye Çorbası	
	Tavuk Nugget	Etlı Türölü	Etlı Nohut	Kıymalı Ispanak	
	Patates Kızartması	Soslu Makarna	Bulgur Pilavı	Soslu Makarna	
	Ayran	Şekerpare	Salatalık Turşusu	Yoğurt	
KALORİ	1024 kkal	1046 kkal	902 kkal	922 kkal	
CUMA	2 Haziran 2017	9 Haziran 2017	16 Haziran 2017	23 Haziran 2017	30 Haziran 2017
	Düğün Çorbası	Yayla Çorbası	Mantar Çorbası	Mercimek Çorbası	
	Patates Oturtma	Etlı Kurufasulye	Etlı Taze Fasulye	Etlı Nohut	
	Peynirli Börek	Şehriyeli Pirinç Pilavı	Erişte	Meyhane Pilavı	
	Üzüm Hoşafı	Karışık Turşu	Sütlü İrmik Tatlısı	Cacık	
KALORİ	1017 kkal	920 kkal	1026 kkal	1014 kkal	