



ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ

OCAK AYI YEMEK MENÜSÜ

GÜNLER	1. HAFTA	2.HAFTA	3. HAFTA	4. HAFTA	5.HAFTA
	1 Ocak 2018	8 Ocak 2018	15 Ocak 2018	22 Ocak 2018	29 Ocak 2018
PAZARTESİ		Sebze Çorbası	Ezogelin Çorbası	Şehriye Çorbası	Mercimek Çorbası
		Etlı Bezelye	Etlı Kurufasulye	Soslu Mantı	Etlı Nohut
	RESMİ TATİL	Soslu Makarna	Bulgur Pilavı	Zyt'lı Türölü	Meyhane Pilavı
		Yoğurt	Karışık Turşu	Yoğurt	Cacık
KALORİ		954 kkal	955 kkal	962 kkal	1031 kkal
	2 Ocak 2017	9 Ocak 2018	16 Ocak 2018	23 Ocak 2018	30 Ocak 2018
SALI	Şehriye Çorbası	Köylü Çorbası	Domates Çorbası	Yeşil Mercimek Çorbası	Domates Çorbası
	Etlı Nohut	Fırında Sebzeli Tavuk Baget	Soslu Tavuk Göğsü+Patates	Sebzeli Tavuk Haşlama	Rosto Köfte
	Pirinç Pilavı	Pirinç Pilavı	Spagetti	Bulgur Pilavı	Pirinç Pilavı
	Cacık	Meyve	Ayran	Cacık	Meyve
KALORİ	1042 kkal	980 kkal	939 kkal	1016 kkal	1026 kkal
	3 Ocak 2018	10 Ocak 2018	17 Ocak 2018	24 Ocak 2018	31 Ocak 2018
ÇARŞAMBA	Yayla Çorbası	Şehriye Çorbası	Toyga Çorbası	Çerkez Çorbası	Tarhana Çorbası
	Tavuk Pirzola+Patates	Etlı Kış Türölüsü	Çiftlik Kebabı	Kıymalı Ispanak+Yoğurt	Tavuk Pirzola (Patates kızartması)
	Soslu Makarna	Peynirli Tepsi Böreği	Pirinç Pilavı	Peynirli Kol Böreği	Soslu Makarna
	Mevsim Salata	Kayısı Hoşafı	Meyve	Karışık Hoşaf	Mevsim Salata
KALORİ	960 kkal	949 kkal	1010 kkal	920 kkal	922 kkal
	4 Ocak 2018	11 Ocak 2018	18 Ocak 2018	25 Ocak 2018	
PERŞEMBE	Mercimek Çorbası	Buğday Çorbası	Süzme Mercimek Çorbası	Sebze Çorbası	
	Misket Köfte	Tepsi Köfte(Pürelı)	Kıymalı Karnabahar Graten	İzmir Köfte	
	Bulgur Pilavı	Şehriyeli Bulgur Pilavı	Sade Makarna	Spagetti	
	Ayran	Kakaolu Puding	Şekerpare	Revani	
KALORİ	947 kkal	1130 kkal	1038 kkal	1100 kkal	
	5 Ocak 2018	12 Ocak 2018	19 Ocak 2018	26 Ocak 2018	
CUMA	Domates Çorbası	Mercimek Çorbası	Tavuksuyu Çorbası	Ezogelin Çorbası	
	Kıymalı Patates	Soslu Mantı (Yoğurtlu)	Kuru Köfte+Patates	Tavuk Döner+Patates	
	Şehriyeli Pirinç Pilavı	Zyt'lı Barbunya Pilaki	Sebzeli Bulgur Pilavı	Pirinç Pilavı	
	Meyve	İrmik Helvası	Ayran	Ayran	
KALORİ	944 kkal	1107 kkal	995 kkal	1005 kkal	