



ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ

EKİM AYI YEMEK MENÜSÜ

GÜNLER	1. HAFTA	2.HAFTA	3. HAFTA	4. HAFTA	5.HAFTA
	1 Ekim 2018	8 Ekim 2018	15 Ekim 2018	22 Ekim 2018	29 Ekim 2018
PAZARTESİ	Yayla Çorba	Mercimek Çorbası	Domates Çorbası	Sebze Çorbası	
	Etlı Nohut	Etlı Bezelye	Orman Kebabı	Etlı Kurufasulye	
	Bulgur Pilavı	Domatesli Makarna	Pirinç Pilavı	Meyhane Pilavı	TATİL
	Karışık Turşu	Revani	Yoğurt	Cacık	
<i>KALORİ</i>	800 kkal	956 kkal	976 kkal	959 kkal	
	2 Ekim 2018	9 Ekim 2018	16 Ekim 2018	23 Ekim 2018	30 Ekim 2018
SALI	Ezogelin Çorbası	Şehriyeli Çorba	Şehriye Çorbası	Mantar Çorbası	Yeşil Mercimek Çorba
	Fırın Baget (Patatesli)	Köri Soslu Tavuk	Tavuk Sote	Patates Musakka	İzmir Köfte
	Şehriyeli Pirinç Pilavı	Bulgur Pilavı	Bulgur Pilavı	Soslu Makarna	Domatesli Pirinç Pilavı
	Ayran	Elma	Çoban Salata	Karışık Salata	Kemalpaşa
<i>KALORİ</i>	1053 kkal	879 kkal	856 kkal	841 kkal	1167 kkal
	3 Ekim 2018	10 Ekim 2018	17 Ekim 2018	24 Ekim 2018	31 Ocak 2018
ÇARŞAMBA	Domates Çorbası	Ezogelin Çorbası	Yayla Çorba	Mercimek Çorbası	Mercimek Çorbası
	Dalyan Köfte (Patates Pürelı)	Etlı Taze fasulye	Çiftlik Köfte	Yoğurtlu Mantı	Tavuk Pırzola+Patates K
	Makarna	Meyhane Pilavı	Peynirli Makarna	Zyt'lı Karnabahar	Domatesli Makarna
	Mevsim Salata	Cacık	Karışık Hoşaf	Armut	Ayran
<i>KALORİ</i>	969 kkal	1000 kkal	949 kkal	1067 kkal	956 kkal
	4 Ekim 2018	11 Ekim 2018	18 Ekim 2018	25 Ekim 2018	
PERŞEMBE	Şehriye Çorbası	Buğday Çorbası	Süzme Mercimek Çorbası	Yuvalama Çorbası	
	Fırında Patates Oturtma	Sebzeli Fırın Köfte	Et Döner	Sebzeli Tavuk	
	Bulgur Pilavı	Spagetti	Pirinç Pilavı	Soslu Spagetti	
	Aşure	Kakaolu Puding	Ayran	Sütlü Muhallebi	
<i>KALORİ</i>	1100 kkal	919 kkal	944 kkal	1190 kkal	
	5 Ekim 2018	12 Ekim 2018	19 Ekim 2018	26 Ekim 2018	
CUMA	Köylü Çorbası	Tavuksuyu Çorba	Patates Ezme Çorbası	Çerkez Çorbası	
	Tavuk Döner	Etlı Türülü	Tavuk Şinitzel (Patates ile)	Sulu Köfte	
	Pirinç Pilavı	Patatesli Kol Böreği	Makarna	Peynirli Tepsi Böreği	
	Ayran	Komposto	Kakaolu Islak Kek	Havuç-Marul Salatası	
<i>KALORİ</i>	1049 kkal	1037 kkal	1180 kkal	924 kkal	