



ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ

MART AYI YEMEK MENÜSÜ

| GÜNLER | 1. HAFTA | 2.HAFTA | 3. HAFTA | 4. HAFTA | 5.HAFTA |
|-----------|---------------------|-------------------|------------------------------|----------------------------------|-----------------------|
| | | 4 Mart 2019 | 11 Mart 2019 | 18 Mart 2019 | 25 Mart 2019 |
| PAZARTESİ | | Ezogelin Çorbası | Mercimek Çorbası | Buğday Çorbası | Yürük Çorbası |
| | | Etli Kuru Fasulye | Barbunya Pilaki | Ekmek | Rosto Köfte (Pürelî) |
| | | Pirinç Pilavı | Soslu yoğurtlu Manti | Üzüm Hoşafı | Makarna |
| | | Cacık | Kemalpaşa Tatlısı | Çanakkale Menüsü | Ayran |
| KALORİ | | 810 kkal | 973 kkal | 790 kkal | 940 kkal |
| | | 5 Mart 2019 | 12 Mart 2019 | 19 Mart 2019 | 26 Mart 2019 |
| SALI | | Tarhana Çorbası | Ezogelin Çorbası | Ezogelin Çorbası | Köylüm Çorbası |
| | | Tavuk Kavurma | Orman Kebabı | Etli Nohut | Sebzeli Tavuk Haşlama |
| | | Bulgur Pilavı | Bulgur Pilavı | Domatesli Bulgur Pilavı | Mısırlı Pirinç Pilavı |
| | | Meyve | Salata | Şekerpare Tatlısı | Hoşmerim Tatlısı |
| KALORİ | | 1088 kkal | 1204 kkal | 1100 kkal | 1007 kkal |
| | | 6 Mart 2019 | 13 Mart 2019 | 20 Mart 2019 | 27 Mart 2019 |
| ÇARŞAMBA | | Köylüm Çorba | Mantar Çorbası | Tavuk Çorbası | Ezogelin Çorba |
| | | Olimpiyat Köfte | Tavuk Döner | Yoğurtlu Karışık Kızartma | Et Döner |
| | | Peynirli Makarna | Pirinç Pilavı | Kıymalı Makarna | Piniç Pilavı |
| | | Mevsim Salata | Ayran | Meyve | Ayran |
| KALORİ | | 965 kkal | 906 kkal | 1035 kkal | 1019 kkal |
| | | 7 Mart 2019 | 14 Mart 2019 | 21 Mart 2019 | 28 Mart 2019 |
| PERŞEMBE | | Yahya Çorbası | Şehriye Çorbası | Osmanlı Çorbası | Brokoli Çorbası |
| | | Sandal Sefası | Eksili Köfte | Tavuk Pirzola Patates Kızartması | Tavuklu Bezelye |
| | | Siğara Böregi | Soslu Makarna | Nohutlu Pirinç Pilavı | Tereyağlı Erişte |
| | | Kakaolu Puding | Meyve | Cacık | Kemalpaşa Tatlısı |
| KALORİ | | 966 kkal | 929 kkal | 960 kkal | 1097 kkal |
| | 1 Mart 2019 | 8 Mart 2019 | 15 Mart 2019 | 22 Mart 2019 | 29 Mart 2019 |
| CUMA | Andaloz Çorbası | Domates Çorbası | Çerkez Çorbası | Yayla Çorbası | Mercimek Çorbası |
| | Sebzeli Fırın Baget | Tavuk Güveç | Fırında Balık + Kuru Fasulye | Pürelî Sini Kebabı | Kıymalı Patates |
| | Patatesli Börek | Meyhane Pilavı | Patates Salatası | Bulgur Pilavı | Piniç Pilavı |
| | Sütlaç | Yoğurt | Helva | Mevsim Salata | Meyve |
| KALORİ | 917 kkal | 1012 kkal | 1098 kkal | 1050 kkal | 1113 kkal |