



ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ

EKİM AYI YEMEK MENÜSÜ

GÜNLER	1. HAFTA	2.HAFTA	3. HAFTA	4. HAFTA	5.HAFTA
	2 Ekim 2017	9 Ekim 2017	16 Ekim 2017	23 Ekim 2017	30 Ekim 2017
PAZARTESİ	Yayla Çorba	Mercimek Çorbası	Domates Çorbası	Sebze Çorbası	Şehriye Çorbası
	Etlı Nohut	Etlı Bezelye	Etlı Nohut	Etlı Kurufasulye	Köri Soslu Tavuk
	Bulgur Pilavı	Domatesli Makarna	Pirinç Pilavı	Meyhane Pilavı	Soslu Makarna
	Karışık Turşu	Ayran	Yoğurt	Cacık	Ayran
<i>KALORİ</i>	800 kkal	956 kkal	976 kkal	959 kkal	880 kkal
	3 Ekim 2017	10 Ekim 2017	17 Ekim 2017	24 Ekim 2017	31 Ekim 2017
SALI	Ezogelin Çorbası	Düğün Çorba	Şehriye Çorbası	Mantar Çorbası	Yeşil Mercimek Çorba
	Fırın Baget (Patatesli)	Şehriyeli Tavuk Güveç	Tavuk Sote	Patates Musakka	İzmir Köfte
	Şehriyeli Pirinç Pilavı	Zyt'lı Patlıcan	Bulgur Pilavı	Soslu Makarna	Domatesli Pirinç Pilavı
	Ayran	Armut	Çoban Salata	Karışık Salata	Kemalpaşa
<i>KALORİ</i>	1053 kkal	879 kkal	856 kkal	841 kkal	1167 kkal
	4 Ekim 2017	11 Ekim 2017	18 Ekim 2017	25 Ekim 2017	
ÇARŞAMBA	Domates Çorbası	Ezogelin Çorbası	Yayla Çorba	Mercimek Çorbası	
	Dalyan Köfte (Patates Pürelı)	Etlı Kurufasulye	Çiftlik Köfte	Yoğurtlu Mantı	
	Soslu Makarna	Meyhane Pilavı	Fırın Makarna	Zyt'lı Barbunya	
	Mevsim Salata	Cacık	Karışık Hoşaf	Elma	
<i>KALORİ</i>	969 kkal	1000 kkal	949 kkal	1067 kkal	
	5 Ekim 2017	12 Ekim 2017	19 Ekim 2017	26 Ekim 2017	
PERŞEMBE	Şehriye Çorbası	Tavuksuyu Çorba	Süzme Mercimek Çorbası	Yuvalama Çorbası	
	Fırında Patates Oturtma	Etlı Türölü	Etlı Biber Dolması	Sebzeli Tavuk	
	Pirinç Pilavı	Patatesli Kol Böređi	Erişte	Soslu Spagetti	
	Aşure	Kayısı Hoşafı	Yoğurt	Sütlü Muhallebi	
<i>KALORİ</i>	1100 kkal	919 kkal	944 kkal	1190 kkal	
	6 Ekim 2017	13 Ekim 2017	20 Ekim 2017	27 Ekim 2017	
CUMA	Köylü Çorbası	Buğday Çorbası	Patates Ezme Çorbası	Çerkez Çorbası	
	Tas Kebabı	Sebzeli Fırın Köfte	Tavuk Şinitzel (Patates ile)	Sulu Köfte	
	Şehriyeli Bulgur Pilavı	Spagetti	Pirinç Pilavı	Peynirli Tepsi Böređi	
	Elma	Kakaolu Puding	Kakaolu Islak Kek	Havuç-Marul Salatası	
<i>KALORİ</i>	1049 kkal	1037 kkal	1180 kkal	924 kkal	