



ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ

ARALIK AYI YEMEK MENÜSÜ

GÜNLER	1. HAFTA	2.HAFTA	3. HAFTA	4. HAFTA	5.HAFTA
		4 Aralık 2017	11 Aralık 2017	18 Aralık 2017	25 Aralık 2017
PAZARTESİ		Arpa Şehriye Çorbası	Yayla Çorbası	Mercimek Çorbası	Buğday Çorbası
		Etli Patates	Etli Nohut	Etli Bezelye	Etli Kurufasulye
		Peynirli Makarna	Meyhane Pilavı	Pirinç Pilavı	Şehriyeli Bulgur Pilavı
		Meyve	Karışık Turşu	Üzüm Hoşafı	Karışık Salata
<i>KALORİ</i>		880 kkal	850 kkal	1005 kkal	845 kkal
		5 Aralık 2017	12 Aralık 2017	19 Aralık 2017	26 Aralık 2017
SALI		Sütlü Mantar Çorbası	Ezogelin Çorbası	Sütlü Havuç Çorbası	Kesme Aşı Çorbası
		Fırında Sebze Tavuk	Fırında Tavuk Pizola (Patatesli)	Soslu Tavuk Fileto (Haşlanmış Sebze)	Terbiyeli Köfte
		Şehriyeli Pirinç Pilavı	Pirinç Pilavı	Soslu Makarna	Patatesli Kol Böreği
		Kakaolu Puding	Havuç Tarator	Meyve	Kayısı Hoşafı
<i>KALORİ</i>		1077 kkal	1074 kkal	955 kkal	1002 kkal
		6 Aralık 2017	13 Aralık 2017	20 Aralık 2017	27 Aralık 2017
ÇARŞAMBA		Buğday Çorbası	Toyga Çorbası	Terbiyeli Tavuk Çorba	Ezogelin Çorbası
		Tepsi Köfte (Patatesli)	Soslu Mantı	Çiftlik Köfte	Çıtır Tavuk Baget (Sebze Garnili)
		Soslu Makarna	Zyt'lı İmam Bayıldı	Şehriyeli Bulgur Pilavı	Soslu Makarna
		Kayısı Hoşafı	İrmik Helvası	Mevsim Salata	Kemalpaşa Tatlısı
<i>KALORİ</i>		958 kkal	1082 kkal	950 kkal	1110 kkal
		7 Aralık 2017	14 Aralık 2017	21 Aralık 2017	28 Aralık 2017
PERŞEMBE		Domates Çorbası	Çerkez Çorbası	Ezogelin Çorbası	Şehriye Çorbası
		Sebze Et Sote	Sebze Tavuk Haşlama	Kıymalı Ispanak	Soslu Mantı
		Şehriyeli Bulgur Pilavı	Bulgur Pilavı	Sebze Makarna	Zyt'lı Barbunya
		Ayran	Meyve	Yoğurt	Meyve
<i>KALORİ</i>		968 kkal	945 kkal	887 kkal	1070 kkal
	1 Aralık 2017	8 Aralık 2017	15 Aralık 2017	22 Aralık 2017	29 Aralık 2017
CUMA		Yayla Çorba	Köylü Çorbası	Sebze Çorbası	Domates Çorbası
		Fırın Baget (Patatesli)	Kıymalı Karnabahar	Rosto Köfte (Pürelı)	Tas Kebabı
		Pirinç Pilavı	Peynirli Börek	Sebze Makarna	Nohutlu Pirinç Pilavı
		Karışık Salata	Yoğurt	Ayran	Revani
<i>KALORİ</i>	995 kkal	890 kkal	966 kkal	1151 kkal	995 kkal