



ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ

ARALIK AYI YEMEK MENÜSÜ

GÜNLER	1. HAFTA	2.HAFTA	3. HAFTA	4. HAFTA	5.HAFTA
		4 Aralık 2023	11 Aralık 2023	18 Aralık 2023	25 Aralık 2023
PAZARTESİ		Tavuk Suyu Çorbası	Patates Ezme Çorbası	Yayla Çorbası	Tarhana Çorbası
		Etli Nohut Yemeği	Etli Kurufasulye	Sebzeli Et Sote	Patates Oturtma
		Sade Bulgur Pilavı	Arpa Şehriyeli Pirinç Pilavı	Erişte Pilavı	Pirinç Pilavı
		Yoğurt	Havuç Tarator	Elma	Portakal
KALORİ		903 kkal	920 kkal	910 kkal	900 kkal
		5 Aralık 2023	12 Aralık 2023	19 Aralık 2023	26 Aralık 2023
SALI		Domates Çorbası	Anadolu Çorba	Domates Çorbası	Düğün Çorbası
		Kadınbudu Köfte	Fırın Piliç Pirzola	Yoğurtlu Soslu Mantı	Sebzeli Piliç Pirzola
		Pırasalı Tepsi Böreği	Napolitan Makarna	Piyaz	Kremalı Makarna
		Vişne Kompostosu	Soslu Yoğurtlu Patates Kızartması	Tulumba	Mandalina
KALORİ		1080 kkal	1150 kkal	1180 kkal	890 kkal
		6 Aralık 2023	13 Aralık 2023	20 Aralık 2023	27 Aralık 2023
ÇARŞAMBA		Mısır Çorbası	Süzme Kırmızı Mercimek Çorbası	Ispanak Çorbası	Cennet Çorbası
		Sebzeli Et Haşlama	Et Kavurma	Terbiyeli Sebzeli Sulu Köfte	Yoğurtlu Soslu Mantı
		Nohutlu Pilav	Pirinç Pilavı	Peynirli Tepsi Böreği	Fırında Soslu Patates Dilimleri
		Brokoli Salatası	Ayran	Mevsim Salata	Ağlayan Pasta
KALORİ		1070 kkal	900 kkal	1030 kkal	1235 kkal
		7 Aralık 2023	14 Aralık 2023	21 Aralık 2023	28 Aralık 2023
PERŞEMBE		Mantar Çorbası	Ezogelin Çorbası	Domates Çorbası	Kış Çorbası
		Fırın Köfte	Kıymalı Sultan Kebabı	Mercan Kebabı	Pilav Yanında Tavuk Şiş
		Kuskus Pilavı	Karnabahar Kızartması+Yoğurt	Pirinç Pilavı	Karışık Kızartma
		Haydari	Sütlac	Yoğurtlu Havuçlu Ispanak Salatası	Kadayıf Dolması
KALORİ		930 kkal	1200 kkal	900 kkal	1220 kkal
	1 Aralık 2023	8 Aralık 2023	15 Aralık 2023	22 Aralık 2023	29 Aralık 2023
CUMA	Mercimek Çorbası	Tarhana Çorbası	Tel Şehriye Çorbası	Tavuk Suyu Çorbası	Antep Çorbası
	Soslu Misket Köfte	Pilav Yanında Tavuk Şiş	Fırında Ispanaklı Yurmuta	Kıymalı Kibrit Kebabı	Fırında Sebzeli Tavuk Baget
	Pirinç Pilavı	Karışık Kızartma	Peynirli Makarna	Yoğurtlu Pazı Kavurması	Pirinç Pilavı
	Armut	Kadayıf Dolması	Yoğurt	Kabak Tatlısı	Ayran
KALORİ	925 kkal	1235 kkal	877 kkal	1000 kkal	977 kkal