

ÇANKAYA ÜNİVERSİTESİ 2024 ARALIK AYI YURT AKŞAM TABLDOT MENÜSÜ

												PAZAR	KALORİ	
												1.12.2024		
1. HAFTA												YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	120	
												EV USULÜ NOHUT	345	
												BULGUR PİLAV	220	
												SALATABAR		
												KARIŞIK TURŞU	54	
												CACIK	276	
2. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	2.12.2024		3.12.2024		4.12.2024		5.12.2024		6.12.2024		7.12.2024		8.12.2024	
	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	136	MANTAR ÇORBA	139	TARHANA ÇORBA	91	ŞEHRİYE ÇORBA	135	MISIR ÇORBA	115	EZOĞELİN ÇORBA	91	YARMA ÇORBA	98
	HAMBURGER	394	FIRIN TAVUK	310	ELBASAN TAVA	363	KIYMALI DOLMA	320	İSVEÇ KÖFTE	369	KÖRİ SOSLU TAVUK	343	FIRINLANMIŞ MEVSİM TÜRLÜ	310
	PATATES KIZARTMA	360	MAKARNA	276	BULGUR PİLAV	230	MILFÖY BÖREK	302	ERİŞTE	243	BAHARATLI MAKARNA	282	ŞEHRİYE PİLAV	215
	SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR	
	YEŞİL SALATA	68	KIŞ SALATA	68	AYSBERK SALATA	78	RENKLİ BİBER SALATA	90	KISIR	210	MAYDONOZ SALATA	80	LAHANA SALATA	86
MEYVE SUYU	120	MEVSİM MEYVE	120	SUPANGLE	334	YOĞURT	150	AYRAN	120	ŞEKERPAZE	271	MEVSİM MEYVE	120	
3. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	9.12.2024		10.12.2024		11.12.2024		12.12.2024		13.12.2024		14.12.2024		15.12.2024	
	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	120	ŞEHRİYE ÇORBA	135	ZERDEÇALLI MERCİMEK ÇORBA	136	TARHANA ÇORBA	91	EZOĞELİN ÇORBA	91	YARMA ÇORBA	98	BROKOLİ ÇORBA	140
	BARBEKÜ SOSLU TAVUK	323	PÜRELİ MİSKET KÖFTE	348	ÇİFTLİK KEBABI	320	PİLİÇ TOPKAPI	308	BEŞAMEL SOSLU SEBZE GRATEN	366	ANKARA KÖFTE	330	ETLİ KURU FASULYE	290
	MAKARNA	276	ZEYTİNYAĞLI SEBZE	108	PIRİNÇ PİLAV	215	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	230	SOSLU MAKARNA	282	ERİŞTE	243	PIRİNÇ PİLAV	215
	SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR	
	HAVUÇLU SALATA	85	AYSBERK SALATA	78	KISIR	210	KIŞ SALATA	94	YEŞİL SALATA	68	EGE SALATA	85	KARIŞIK TURŞU	54
GAZOZ	150	AYVA TATLISI	325	AYRAN	120	MEVSİM MEYVE	120	MEYVE SUYU	120	KAZANDIBİ	270	KURU CACIK	276	
4. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	16.12.2024		17.12.2024		18.12.2024		19.12.2024		20.12.2024		21.12.2024		22.12.2024	
	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	120	YAYLA ÇORBA	98	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	136	TARHANA ÇORBA	91	ANADOLU ÇORBA	135	ŞEHRİYE ÇORBA	135	EZOĞELİN ÇORBA	91
	EKŞİLİ KÖFTE	342	TAS KEBABI	314	TAVUK DÖNER	324	ETLİ BEZELYE	320	TAVUKLU BUĞU KEBABI	306	SEBZELİ KÖFTE	315	İZMİR KÖFTE	350
	ERİŞTE	243	TEREYAĞLI MAKARNA	276	BULGUR PİLAV	230	PIRİNÇ PİLAV	270	ŞEHRİYE PİLAV	215	TEREYAĞLI PİRİNÇ PİLAVI	282	SPAGETTİ	220
	SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR	
	KARIŞIK SALATA	87	KISIR	210	ROKA TERE SALATA	75	AYSBERK SALATA	78	LAHANA SALATA	108	YEŞİL SALATA	68	KIŞ SALATA	94
MEVSİM MEYVE	120	KABAK TATLISI	368	AYRAN	120	MEVSİM MEYVE	120	MEYVE SUYU	120	HAYDARİ	164	BİSKÜVİLİ PASTA	300	
5. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	23.12.2024		24.12.2024		25.12.2024		26.12.2024		27.12.2024		28.12.2024		29.12.2024	
	ANADOLU ÇORBA	136	DÜĞÜN ÇORBA	130	MANTAR ÇORBA	139	DOMATES ÇORBA	135	TARHANA ÇORBA	91	SAKALA ÇARPAN ÇORBA	120	MERCİMEK ÇORBA	136
	FIRIN TAVUK	367	EV USULÜ TAZE FASULYE	258	PIZZA	359	GARNİLİ KÖFTE	360	PİLİÇ ŞİNİTZEL	345	SEBZELİ KEBAP	320	KIYMALI PATATES OTURTMA	350
	BULGUR PİLAV	230	TEREYAĞLI PİRİNÇ PİLAV	270	PATATES KIZARTMA	214	ERİŞTE	243	BAHARATLI MAKARNA	276	ŞEHRİYE PİLAV	215	BULGUR PİLAV	215
	SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR	
	KARIŞIK SALATA	87	HAVUÇ SALATA	68	EGE SALATA	85	KIŞ SALATA	94	YEŞİL SALATA	68	HAVUÇ SALATA	68	LAHANA SALATA	86
FIRIN SÜTLAÇ	369	MEVSİM MEYVE	120	AYRAN	120	KALBURABASTI	316	MEYVE SUYU	120	MEVSİM MEYVE	316	TARATOR	120	
6. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ										
	30.12.2024		31.12.2024											
	TARHANA ÇORBA	91	ZERDEÇALLI MERCİMEK ÇORBA	136										
	ORMAN KEBABI	345	KARIŞIK IZGARA-PATATES	385										
	PIRİNÇ PİLAV	230	ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAV	230										
	SALATABAR		SALATABAR											
BAHÇE SALATASI	102	KIŞ SALATA	94											
MEVSİM MEYVE	120	YAŞ PASTA	295											