

## ÇANKAYA ÜNİVERSİTESİ 2024 KASIM AYI YURT AKŞAM TABLDOT MENÜSÜ

1. HAFTA								CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ	
								1.11.2024		2.11.2024		3.11.2024		
								DOMATES ÇORBA	121	MERCİMEK ÇORBA	136	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	120	
								EV USULÜ TAZE FASULYE	365	TAVUK SOTE	377	ET ÇÖKERTME-PATATES	318	
								ŞEHRİYE PİLAV	215	SOSLU MAKARNA	282	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAV	270	
								<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		
								HAVUÇ TARATOR	150	BAHÇE SALATASI	121	LAHANA SALATA	70	
								ISLAK KEK	336	MEYVE SUYU	120	AÇIK YOĞURT	150	
2. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	4.11.2024		5.11.2024		6.11.2024		7.11.2024		8.11.2024		9.11.2024		10.11.2024	
	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	136	TARHANA ÇORBA	91	ŞEHRİYE ÇORBA	135	YARMA ÇORBA	98	MANTAR ÇORBA	139	MISIR ÇORBA	116	ANADOLU ÇORBA	91
	İSVEÇ KÖFTE	369	TAVUKLU NOHUTLU PİLAV	372	HAMBURGER	394	SEBZELİ KEBAP	338	DEMİGLACE SOSLU TAVUK	345	TAS KEBABI	314	ETLİ BEZELYE	220
	ERİŞTE	243	ZEYTİNYAĞLI PIRASA	114	KAJU BAHARATLI PATATES	260	PIRİNÇ PİLAV	270	SOSLU MAKARNA	282	ŞEHRİYE PİLAV	215	PIRİNÇ PİLAV	270
	<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>	
KISIR	210	KIŞ SALATA	94	RENKLİ BİBER SALATA	90	AYSBERK SALATA	70	YEŞİL SALATA	76	MAYDONOZ SALATA	80	AYSBERK SALATA	70	
AYRAN	120	ŞEKERPAZE	271	KOLA	150	MEVSİM MEYVE	120	KEŞKÜL	347	TARATOR	110	AÇIK YOĞURT	150	
3. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	11.11.2024		12.11.2024		13.11.2024		14.11.2024		15.11.2024		16.11.2024		17.11.2024	
	EZOĞELİN ÇORBA	91	ŞEHRİYE ÇORBA	135	YARMA ÇORBA	98	TARHANA ÇORBA	91	SAKALA ÇARPAN ÇORBA	120	MERCİMEK ÇORBA	136	DOMATES ÇORBASI	121
	ORMAN KEBABI	345	ETLİ NOHUT	365	TAVUK BUT	310	İZMİR KÖFTE	330	TAVUK DÖNER	324	ELBASAN TAVA	348	SOSYETE MANTISI	334
	ERİŞTE	243	SADE PİRİNÇ PİLAV	270	BAHARATLI MAKARNA	282	ŞEHRİYE PİLAV	215	BULGUR PİLAV	220	SPAGETTİ	270	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	107
	<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>	
TERE ROKA SALATA	130	KARIŞIK TURŞU	54	EGE SALATA	85	KIŞ SALATA	94	YEŞİL SALATA	76	RENKLİ BİBER SALATA	90	AYSBERK SALATA	70	
ELMALI TURTA	369	CACIK	276	MEYVE SUYU	120	MEVSİM MEYVE	120	AYRAN	120	MAGNOLIA	270	MEVSİM MEYVE	120	
4. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	18.11.2024		19.11.2024		20.11.2024		21.11.2024		22.11.2024		23.11.2024		24.11.2024	
	TARHANA ÇORBA	91	YAYLA ÇORBA	98	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	136	DOMATES ÇORBA	121	ŞEHRİYE ÇORBA	135	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	120	ANADOLU ÇORBA	136
	ÇITIR TAVUK-SOS	321	ÇİFTLİK KEBABI	320	KÖRİ SOSLU TAVUK	310	BEŞAMEL SOSLU SEBZE GRATEN	366	KADINBUDU KÖFTE-PÜRE	305	PİLİC İZGARA	326	EV USLU KURU FASULYE	290
	ERİŞTE	243	BULGUR PİLAV	220	TEREYAĞLI MAKARNA	282	ŞEHRİYE PİLAV	215	ZEYTİNYAĞLI SEBZE	115	MAKARNA	282	TEREYAĞLI PİRİNÇ PİLAV	270
	<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>	
KISIR	210	ROKA TERE SALATA	130	YEŞİL SALATA	76	KARIŞIK SALATA	90	AYSBERK SALATA	70	KIŞ SALATA	94	KARIŞIK TURŞU	54	
AYRAN	120	ÇİKOLATALI PUDİNG	260	MEVSİM MEYVE	120	YALANCI KAZANDIBİ	370	MEYVE SUYU	120	GAZOZ	150	CACIK	276	
5. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ		
	25.11.2024		26.11.2024		27.11.2024		28.11.2024		29.11.2024		30.11.2024			
	EZOĞELİN ÇORBA	91	TARHANA ÇORBA	91	DOMATES ÇORBA	121	YAYLA ÇORBA	98	MERCİMEK ÇORBA	136	SEBZE ÇORBA	139		
	HÜNKAR BEĞENDİ	375	BARBAKÜ SOSLU TAVUK	310	EKŞİLİ KÖFTE	315	ETLİ PATATES YEMEĞİ	320	TAVUK ŞİNİTZEL	345	SOSLU MİTİT KÖFTE	375		
	BULGUR PİLAV	220	BAHARATLI MAKARNA	282	ERİŞTE	243	ŞEHRİYE PİLAV	215	TEREYAĞLI MAKARNA	276	TEREYAĞLI PİRİNÇ PİLAV	270		
	<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>		<b>SALATABAR</b>			
KARIŞIK SALATA	90	HAVUÇ SALATA	68	LAHANA SALATA	86	ÇİĞ KÖFTE	210	YEŞİL SALATA	76	EGE SALATA	85			
MEYVE SUYU	120	FİRİN SÜTLAÇ	335	MEVSİM MEYVE	120	KOMPOSTO	248	AYRAN	120	MEVSİM MEYVE	120			