

ÇANKAYA ÜNİVERSİTESİ 2025 EKİM AYI YURT AKŞAM TABL DOT MENÜSÜ

1. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA		PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	29.09.2025		30.09.2025		1.10.2025		2.10.2025		3.10.2025		4.10.2025		5.10.2025	
	MERCİMEK ÇORBA	136	TARHANA ÇORBA	91	MERCİMEK ÇORBA	136	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	120	YARMA ÇORBA	101	ŞEHİRİYE ÇORBA	135	EZOĞELİN ÇORBA	91
	ET DÖNER-PATATES	335	ŞİNİTZEL-SOS	345	ANKARA KÖFTE	340	PATLICAN MUSAKKA	368	IZGARA TAVUK	384	MANTI-YOĞURT	318	MISKET KÖFTE	375
	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAV	270	MAKARNA	282	ERİŞTE	243	MISIRLI PILAV	270	TEREYAĞLI MAKARNA	282	ZYT SEBZE	146	ŞEHİRİYE PILAV	270
	SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR	
	ÇOBAN SALATA	115	YEŞİL SALATA	76	HAVUÇ SALATA	68	YEŞİL SALATA	76	ZEYTİNLİ SALATA	110	KARIŞIK SALATA	90	KIŞ SALATA	96
	KOLA	200	AYRAN	120	FIRIN SÜTLAÇ	286	YUNAN CACIĞI	136	SUPANGLE	247	MEVSİM MEYVE	120	MEYVE SUYU	120
2. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	6.10.2025		7.10.2025		8.10.2025		9.10.2025		10.10.2025		11.10.2025		12.10.2025	
	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	136	YAYLA ÇORBA	101	TARHANA ÇORBA	91	EZOĞELİN ÇORBA	91	DOMATES ÇORBA	121	KILIŞ ÇORBA	123	ANADOLU ÇORBA	136
	ŞEHİRİYELİ ANKARA TAVA	366	KÖRİ SOSLU TAVUK	310	DOLMA-YOĞURT	314	ÇİFTLİK KEBABİ	320	ÇITIR TAVUK	321	İŞVEÇ KÖFTE	369	ETLİ PATATES YEMEĞİ	250
	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	265	BULGUR PILAV	220	MILFÖY BÖREK	286	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAV	270	TEREYAĞLI MAKARNA	282	ERİŞTE	243	TEREYAĞLI BULGUR PILAV	220
	SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR	
	HAVUÇLU SALATA	68	YEŞİL SALATA	76	BAHÇE SALATA	121	AYSBERK SALATA	70	MEVSİM SALATA	107	MAYDONOZ SALATA	80	RENKLİ BIBER SALATA	103
	MEVSİM MEYVE	120	AYRAN	120	KOMPOSTO	200	REVANI	348	AYRAN	120	MEVSİM MEYVE	120	AÇIK YOĞURT	150
3. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	13.10.2025		14.10.2025		15.10.2025		16.10.2025		17.10.2025		18.10.2025		19.10.2025	
	ERZİNCAN ÇORBA	121	NOHUTLU YARMA ÇORBA	101	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	120	TARHANA ÇORBA	91	SEBZE ÇORBA	114	MERCİMEK ÇORBA	136	ŞEHİRİYE ÇORBA	135
	EV USULÜ TAZE FASULYE	365	PÜRELİ KÖFTE	375	SEBZELİ KEBAP		KURU FASULYE	290	DEMİĞLACE SOSLU TAVUK	310	ETLİ BEZELYE	365	HAMBURGER	363
	ŞEHİRİYE PILAV	270	ERİŞTE	243	BULGUR PILAV	220	GARNİTÜRLÜ PİRİNÇ PILAV	270	SADE MAKARNA	282	BULGUR PILAV	220	PATATES KIZARTMA	213
	SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR	
	LAHANA SALATA	89	EGE SALATA	145	AYSBERK SALATA	70	KIŞ SALATA	96	MAYDANOZ SALATA	80	YEŞİL SALATA	76	BAHÇE SALATASI	121
	MEVSİM MEYVESİ	120	MAGNOLİA	350	AYRAN	120	CACIK	136	MEVSİM MEYVE	120	ŞEKERPARE	271	KOLA	200
4. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ	CUMARTESİ	KALORİ	PAZAR	KALORİ
	20.10.2025		21.10.2025		22.10.2025		23.10.2025		24.10.2025		25.10.2025		26.10.2025	
	YARMA ÇORBA	101	TARHANA ÇORBA	91	SAKALA ÇARPAN ÇORBA	120	BEYRAN ÇORBA	166	SÜZME MERCİMEK ÇORBA	136	ANADOLU ÇORBA	136	DOMATES ÇORBA	121
	TAS KEBABİ	351	ROSTO KÖFTE-PÜRE	360	TAVUK DÖNER	300	NOHUT YEMEĞİ	365	KADINBUDU KÖFTE-PÜRE	394	ETLİ MEVSİM TÜRLÜ	310	ÇİN USULÜ TAVUK	325
	TEREYAĞLI PİRİNÇ PILAV	270	BAHARATLI MAKARNA	282	BULGUR PILAV	220	PİRİNÇ PILAV	270	SPAGETTİ	282	ERİŞTE	243	SOSLU MAKARNA	282
	SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR		SALATABAR	
	ROKA TERE SALATA	130	KARIŞIK SALATA	90	YEŞİL SALATA	76	CACIK	136	AYSBERK SALATA	70	KIŞ SALATA	96	KISIR	170
	KEŞKÜL	272	MEVSİM MEYVE	120	AYRAN	120	KARIŞIK TURŞU	154	TRİLEÇE	301	MEVSİM MEYVE	120	AÇIK YOĞURT	150
5. HAFTA	PAZARTESİ	KALORİ	SALI	KALORİ	ÇARŞAMBA	KALORİ	PERŞEMBE	KALORİ	CUMA	KALORİ				
	27.10.2025		28.10.2025		29.10.2025		30.10.2025		31.10.2025					
	YARMA ÇORBA	101	EZOĞELİN ÇORBA	91			TARHANA ÇORBA	91	MERCİMEK ÇORBA	136				
	ANKARA TAVA	366	KEKİKLİ KÜLBASTI	384			EKŞİLİ KÖFTE	342	ORMAN KEBAP	345				
	ZEYTİNYAĞLI SEBZE ŞÖLENİ	146	BULGUR PILAV	220	29 EKİM CUMHURİYET BAYRAMI		ERİŞTE	243	BULGUR PILAV	220				
	SALATABAR		SALATABAR				SALATABAR		SALATABAR					
	LAHANA SALATA	89	KARIŞIK SALATA	90			BAHÇE SALATA	121	TERE ROKA SALATA	130				
	ÇİKOLATALI PUDİNG	247	AYRAN	120			MEVSİM MEYVE	120	AYRAN	120				