

BİRÜNİ ÜNİVERSİTESİ ŞUBAT AYI YEMEK LİSTESİ

				1.02.2019
				TEL ŞEHRİYE ÇORBASI (130 kcal) TERBİYELİ KÖFTE (320 kcal) SEBZELİ TAVUK (325 kcal) YUMURTALI İSPANAK (170 kcal) SPAGETTİ (230 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA ACILI EZME (70 kcal) HAYDARİ (132 kcal)
4.02.2019	5.02.2019	6.02.2019	7.02.2019	8.02.2019
PATATES ÇORBASI (107 kcal) KIYMALI KABAK DOLMA (265 kcal) LYEN TAVUK SEBZE GARNİTÜRLÜ (228 kcal) ZYT. PIRASA (160 kcal) NOHUTLU BULGUR PİLAVI (280 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KIŞ MEYVESİ (45 kcal) HAVUÇ TARATOR (95 kcal)	MERCİMEK ÇORBASI (115 kcal) KAYSERİ TAVA (243 kcal) TAVUKLU BEZELYE (240 kcal) ZYT. TAZE FASÜLYE (70 kcal) SADE PİRİNÇ PİLAVI (275 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA İRMİK HELVASI (365 kcal) PATATES SALATASI (122 kcal)	YÖRÜK ÇORBASI (130 kcal) İZMİR KÖFTE (256 kcal) KÖRİ SOSLU TAVUK (245 kcal) KARIŞIK SEBZE HAŞLAMA MAKARNA (230 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KIŞ MEYVESİ (45 kcal) FASULYE PİYAZI (150 kcal)	KEREVİZ ÇORBASI (107 kcal) ETLİ NOHUT (373 kcal) MANTARLI TAVUK SOTE (190 kcal) ZYT.BAMYA (86 kcal) ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (280 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KARIŞIK TURŞU (36 kcal) CACIK (65 kcal)	OSMANLI ÇORBA (142 kcal) ORMAN KEBABI (330 kcal) FIRIN TAVUK BAGET (250 kcal) YUMURTALI KABAK KALYE (125 kcal) BULGUR PİLAVI (250 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA FIRIN SÜTLAÇ (260 kcal) BUĞDAY SALATASI (90 kcal)
11.02.2019	12.02.2019	13.02.2019	14.02.2019	15.02.2019
EZOGELİN ÇORBASI (132 kcal) BAHÇIVAN KEBABI (305 kcal) PİLİÇ MEKSİKA (256 kcal) ZYT.KARNABAHAHAR-BROKOLİ (70 kcal) TEL ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KIŞ MEYVESİ (45 kcal) YOĞURTLU KEREVİZ SALATASI (102 kcal)	TAVUK SUYU ÇORBASI (125 kcal) SEBZELİ KÖFTE (312 kcal) TAVUK KAVURMA (195 kcal) ETSİZ KIŞ TÜRLÜSÜ (138 kcal) DOMATES SOSLU MAKARNA (245 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA ÇİKOLATALI PUDİNG (120 kcal) İSPANAK SALATASI (116 kcal)	PATATES ÇORBASI (107 kcal) SARAY KEBABI (372 kcal) TAVUK YAHNİ (155 kcal) BARBUNYA PİLAKİ (206 kcal) ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (280 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KIŞ MEYVESİ (45 kcal) KISIR (200 kcal)	KÖYLÜ ÇORBASI (155 kcal) KIYMALI BİBER DOLMA (268 kcal) ÇITIR TAVUK (265 kcal) İSPANAK (82 kcal) ERİŞTE-PEYNIRLİ BÖREK (300 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA ÜZÜM-KAYISI KOMPOSTO (100 kcal) NOHUT SALATASI (95 kcal)	KABAK ÇORBASI (105 kcal) ETLİ KURU FASÜLYE (380 kcal) ÇİN USULÜ TAVUK (220 kcal) ZYT. KEREVİZ (147 kcal) SADE PİRİNÇ PİLAVI (275 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KARIŞIK TURŞU (36 kcal) CACIK (65 kcal)
18.02.2019	19.02.2019	20.02.2019	21.02.2019	22.02.2019
ŞAFAK ÇORBASI (110 kcal) SEBZELİ KEBAP (243 kcal) JULYEN TAVUK (220 kcal) ZYT. PIRASA (160 kcal) MEYHANE PİLAVI (250 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KIŞ MEYVESİ (45 kcal) PEMBE SULTAN (124 kcal)	BROKOLİ ÇORBASI (108 kcal) PATATES OTURTMA (342 kcal) TAVUK DÖNER-PATATES KIZARTMA (251 kcal) ZYT. BEZELYE (100 kcal) GARNİTÜRLÜ PİRİNÇ PİLAVI (280 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA AYVA TATLISI (386 kcal) PİYAZ (150 kcal)	GEMİÇİ ÇORBA (125 kcal) ÇİFTLİK KEBABI (347 kcal) TAVUK TANDIR (200 kcal) KARNABAHAHAR GRATEN (193 kcal) ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI (250 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KIŞ MEYVESİ (45 kcal) PATATES SALATASI (122 kcal)	SÜTLÜ MISIR ÇORBASI (126 kcal) FIRIN KÖFTE (294 kcal) PİLİÇ TOPKAPI (310 kcal) ZYT. TAZE FASÜLYE (70 kcal) SEBZELİ MAKARNA (250 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KEMALPAŞA (250 kcal) HAVUÇ TARATOR (95 kcal)	DOMATES ÇORBASI (103 kcal) BOHÇA KEBABI (246 kcal) TAVUK HAŞLAMA (150 kcal) ZYT.BAMYA (86 kcal) ARPA ŞEHRİYE PİLAVI (267 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA MERCİMEK KÖFTESİ (260 kcal) BOSTANA (90 kcal)
25.02.2019	26.02.2019	27.02.2019	28.02.2019	
MERCİMEK ÇORBASI (115 kcal) HASANPAŞA KÖFTE (327 kcal) TAVUK KÜLBASTI (250 kcal) SEBZE BUKETİ (105 kcal) BULGUR PİLAVI (250 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KIŞ MEYVESİ (45 kcal) KÖZ.BİBER SALATASI (90 kcal)	ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI (130 kcal) ARNAVUT CİĞERİ (370 kcal) MANTARLI TAVUK SOTE (190 kcal) ZYT. KABAK KALYE (85 kcal) SADE PİRİNÇ PİLAVI (275 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA TAHİN HELVASI (270 kcal) NARLI İSPANAK SALATASI (116 kcal)	AYRAN AŞI ÇORBASI (118 kcal) KAĞIT KEBABI (249 kcal) MACAR TAVUK (280 kcal) ETSİZ KIŞ TÜRLÜSÜ (138 kcal) ERİŞTE (225 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA KIŞ MEYVESİ (45 kcal) YEŞİL ZEYTİN SALATASI (110 kcal)	HAVUÇ ÇORBASI (105 kcal) ETLİ NOHUT (373 kcal) FIRIN TAVUK (250 kcal) ZYT. KAPUSKA (82 kcal) ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI (280 kcal) YOĞURT (110 kcal) MEVSİM SALATA CACIK (65 kcal) REVANİ (365 kcal)	