



T.C.
TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ
Yemek Menüsü

Doküman No	TOĞU.FRM.303
İlk Yayın Tarihi	29.04.2024
Revizyon Tarihi	
Revizyon No	
Sayfa No	1

MART AYI YEMEK MENÜSÜ

02	PAZARTESİ	
1	MERCİMEK ÇORBA	185
2	ETLİ NOHUT	345
3	PİRİNÇ PİLAVI	327
4	TURŞU	55
TOPLAM KALORİ		912

03	SALI	
1	DOMATES ÇORBA	165
2	TAVUK SOTE	350
3	SEBZELİ BULGUR PİLAVI	337
4	AYRAN	95
TOPLAM KALORİ		947

04	ÇARŞAMBA	
1	TOYGA ÇORBA	170
2	GARNİTÜRLÜ KÖFTE	390
3	MAKARNA	337
4	MEYVE SUYU	135
TOPLAM KALORİ		1032

05	PERŞEMBE	
1	EZOĞELİN ÇORBA	189
2	PATATES MUSAKKA	395
3	MANTI	347
4	TAHİN HELVA	130
TOPLAM KALORİ		1061

06	CUMA	
1	ÇEŞMİ NİGAR ÇORBASI	185
2	PATATESLİ TAS KEBABİ	420
3	PİRİNÇ PİLAVI	327
4	YOĞURT	122
TOPLAM KALORİ		1054

09	PAZARTESİ	
1	YAYLA ÇORBA	170
2	FIRIN KÖFTE	390
3	MAKARNA	337
4	MEYVE	90
TOPLAM KALORİ		987

10	SALI	
1	MERCİMEK ÇORBA	185
2	KURU FASULYE	345
3	PİRİNÇ PİLAVI	327
4	TURŞU	55
TOPLAM KALORİ		912

11	ÇARŞAMBA	
1	ŞEHRİYE ÇORBA	160
2	KÖRİLİ TAVUK	360
3	YOĞURTLU MAKARNA	337
4	TULUMBA	270
TOPLAM KALORİ		1127

12	PERŞEMBE	
1	TOYGA ÇORBA	170
2	SEBZELİ KEBAP	425
3	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	337
4	MEYVE SUYU	135
TOPLAM KALORİ		1067

13	CUMA	
1	EZOĞELİN ÇORBA	189
2	GİRİT MUSAKKA	370
3	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	327
4	YOĞURT	122
TOPLAM KALORİ		1008

16	PAZARTESİ	
1	MANTAR ÇORBA	170
2	MİSKET KÖFTE	375
3	CEVİZLİ PEYNİRLİ MAKARNA	337
4	KAZANDIBİ	135
TOPLAM KALORİ		1017

17	SALI	
1	EZOĞELİN ÇORBA	189
2	TAVUK ŞİŞ	330
3	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	327
4	MEVSİM SALATA	60
TOPLAM KALORİ		906

18	ÇARŞAMBA	
1	BACAKLI ÇORBA	189
2	ANKARA TAVA	360
3	FASULYE PİYAZI	320
4	YOĞURT	122
TOPLAM KALORİ		991

19	PERŞEMBE	
1	YAYLA ÇORBA	170
2	ÇİFTLİK KEBAP	400
3	BULGUR PİLAVI	337
4	TAHİN HELVA	130
TOPLAM KALORİ		1037

20	CUMA	

23	PAZARTESİ	
1	EZOĞELİN ÇORBA	189
2	FIRIN TAVUK	410
3	MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	327
4	AYRAN	95
TOPLAM KALORİ		1021

24	SALI	
1	TOYGA ÇORBA	170
2	İZMİR KÖFTE	380
3	MAKARNA	337
4	SAKIZLI MUHALLEBİ	135
TOPLAM KALORİ		1022

25	ÇARŞAMBA	
1	MERCİMEK ÇORBA	185
2	KAVURMA	440
3	PİRİNÇ PİLAVI	327
4	BAKLAVA	280
TOPLAM KALORİ		1232

26	PERŞEMBE	
1	ISPANAK ÇORBA	189
2	KARIŞIK MUSAKKA	390
3	MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI	337
4	YOĞURT	122
TOPLAM KALORİ		1038

27	CUMA	
1	AŞÇIBAŞI ÇORBA	185
2	TAVUK PİRZOLA	360
3	NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI	327
4	MEVSİM SALATA	60
TOPLAM KALORİ		932

30	PAZARTESİ	
1	MERCİMEK ÇORBA	185
2	HASANPAŞA KÖFTE	410
3	MANTAR SOSLU MAKARNA	337
4	AYRAN	95
TOPLAM KALORİ		1027

31	SALI	
1	TOYGA ÇORBA	170
2	İZMİR KÖFTE	380
3	TEREYAĞLI BULGUR PİLAVI	337
4	KAZANDIBİ	135
TOPLAM KALORİ		1022

İBRAHİM TUNCER
AŞÇIBAŞI

ŞEYMA ŞENOL
DİYETİSYEN

ÜMİT İÇİNİR
GIDA MÜHENDİSİ

TAHA YASİN ZENGİNBAŞ
DAİRE BAŞKANI