

OKTA YEMEK SANAYİ
BANDIRMA ONYEDİ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ MİSAN AYI YEMEK LİSTESİ

01.04.2019		02.04.2019		03.04.2019		04.04.2019		05.04.2019	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
SEBZE ÇORBA	100	TARHANA ÇORBA	290	MERCİMEK ÇORBA	132	SALÇALI ŞEHRİYE ÇORBA	153	TOYGA ÇORBA	275
ETLİ NOHUT	369	İZMİR KÖFTE	325	PATLICAN MUSAKKA	260	FIRIN TAVUK	405	ETLİ FIRIN GÜVEÇ	400
KIYMALI KABAK KALYE	260	Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435	KIYMALI İSPANAK/YOĞURT	281	BARBUNYA PİLAKİ	228	SEBZELİ KÖFTE	398
PIRİNÇ PİLAVI	392	SOSLU MAKARNA	296	PATATESLİ BÖREK	321	BULGUR PİLAVI	291	PEYNİRLİ ERİŞTE	295
YOĞURT	124	MEYVE SUYU	110	KEŞKÜL	420	AYRAN	110	TULUMBA TATLISI	420

08.04.2019		09.04.2019		10.04.2019		11.04.2019		12.04.2019	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
EZOĞELİN ÇORBA	206	TAVUKSUYYU ÇORBA	161	YAYLA ÇORBA	275	ET ÇORBASI	132	DOMATES ÇORBA	161
TAVUK DÖNER	342	ETLİ BEZELYE	350	MİTİTE KÖFTE	398	ETLİ KURU FASULYE	375	PİLİÇ PANE	392
ŞAKŞUKA	248	ARNAVUT CİĞERİ	540	KARIŞIK KIZARTMA/YOĞURT	435	ELBASAN TAVA	375	ETLİ BİBER DOLMA	286
BULGUR PİLAVI	291	YOĞURTLU MAKARNA	296	ERİŞTE	295	PIRİNÇ PİLAVI	392	SOSLU MAKARNA	296
AYRAN	110	KEMALPAŞA TATLISI	420	MEYVE	130	CACIK	131	LİMONATA	79

15.04.2019		16.04.2019		17.04.2019		18.04.2019		19.04.2019	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
EZOĞELİN ÇORBA	206	MENGEN ÇORBA	220	KREMALI MANTAR ÇORBA	125	MERCİMEK ÇORBA	132	TARHANA ÇORBA	290
İÇLİ KÖFTE	349	ORMAN KEBABI	436	ETLİ NOHUT	369	PİLİÇ KAVURMA	392	PÜRELİ ROSTO KÖFTE	330
Z.YAĞLI TAZE FASULYE	435	LAHANA SARMA/YOĞURT	231	TAVUKLU KABAK SANDAL	230	ÇİFTLİK KEBABI	385	KARIŞIK KIZARTMA/YOĞURT	435
YOĞURTLU MAKARNA	296	PEYNİRLİ BÖREK	321	PIRİNÇ PİLAVI	392	ŞEH.BULGUR PİLAVI	291	SOSLU MAKARNA	296
SUPANĞLE	420	KOMPOSTO	166	YOĞURT	124	AYRAN	110	HÖŞMERİM	420

22.04.2019		23.04.2019		24.04.2019		25.04.2019		26.04.2019	
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL	ÇARŞAMBA	KCAL	PERŞEMBE	KCAL	CUMA	KCAL
ET ÇORBA	132			MERCİMEK ÇORBA	132	DOMATES ÇORBA	161	TAVUKSUYYU ÇORBA	161
ETLİ KURU FASULYE	375	RESMİ TATİL		PARMAK KEBABI	385	KADINBUDU KÖFTE	417	ETLİ FIRIN TÜRLÜ	350
SEBZELİ PİLİÇ GRATİNE	392			TAVUKLU BEZELYE	325	Z.YAĞLI BAKLA	175	MÜCVER/YOĞURT	275
PIRİNÇ PİLAVI	392			YOĞURTLU MAKARNA	296	BULGUR PİLAVI	291	İSPANAKLI BÖREK	321
CACIK	131			SÜTLAÇ	420	AYRAN	110	KOMPOSTO	166

29.04.2019		30.04.2019							
PAZARTESİ	KCAL	SALI	KCAL						
EZOĞELİN ÇORBA	206	SEBZE ÇORBA	100						
PİLİÇ KORDON BLEU	546	ETLİ NOHUT	369						
KARIŞIK KIZARTMA/YOĞURT	435	İÇLİ KÖFTE	349						
SOSLU MAKARNA	296	PIRİNÇ PİLAVI	392						
MEYVE SUYU	110	CACIK	131						

AFİYET OLSUN