

ESKİŞEHİR TEKNİK ÜNİVERSİTESİ (ESTÜ)
EKİM 2024 GENEL YEMEK MENÜSÜ

01.10.2024 Salı	Miktar	Kalori
KÖYLÜ ÇORBA	250 gr.	238
ROSTO KÖFTE	100 gr. + Garn.	372
BULGUR PİLAVI	175 gr.	272
CACIK	185 gr.	76

02.10.2024 Çarşamba	Miktar	Kalori
MENGEN ÇORBASI	250 gr.	209
KIYMALI TAZE FASULYE	200 gr.	225
PENİRLİ MAKARNA	150 gr.	191
CEVİZLİ KADAYIF	120 gr.	327

03.10.2024 Perşembe	Miktar	Kalori
ŞEHRİYE ÇORBASI	250 gr.	220
TAVUKLU ÇARDAK KEBABI	230 gr.	354
Ş. PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	274
AYRAN	175 ml.	58

04.10.2024 Cuma	Miktar	Kalori
EZOĞELİN ÇORBASI	250 gr.	228
ETLİ MEVSİM TÜRLÜ	175 gr.	362
CEVİZLİ ERİŞTE	140 gr.	265
MANDALİNA	180 gr.	95

07.10.2024 Pazartesi	Miktar	Kalori
YOĞURT ÇORBASI	250 gr.	213
ETLİ NOHUT YEMEĞİ	200 gr.	316
BULGUR PİLAVI	175 gr.	272
KARIŞIK TURŞU	100 gr.	36

08.10.2024 Salı	Miktar	Kalori
EZOĞELİN ÇORBASI	250 gr.	228
İZMİR KÖFTE	200 gr.	297
Ş. PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	274
YOĞURTLU KÖZ KAPYA	125 gr.	96

09.10.2024 Çarşamba	Miktar	Kalori
KR. SEBZE ÇORBASI	250 gr.	195
SOSLU TAVUK BUT	200 gr.	232
YOĞURTLU MAKARNA	160 gr.	338
MEYVE	170 gr.	113

10.10.2024 Perşembe	Miktar	Kalori
MERCİMEK ÇORBASI	250 gr.	186
PATLICAN MUSAKKA	220 gr.	275
PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	259
CEVİZLİ BAKLAVA	150 gr.	368

11.10.2024 Cuma	Miktar	Kalori
DOMATES ÇORBASI	250 gr.	102
ORMAN KEBABI	210 gr.	300
BULGUR PİLAVI	150 gr.	272
MEVSİM SALATA	90 gr.	28

14.10.2024 Pazartesi	Miktar	Kalori
TARHANA ÇORBASI	250 gr.	205
TAVUKLU BEZELYE	200 gr.	268
Ş. PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	274
İRMİK HELVASI	120 gr.	639

15.10.2024 Salı	Miktar	Kalori
MERCİMEK ÇORBASI	250 gr.	186
TEPSİ KÖFTE	100 gr. + Garn.	296
BULGUR PİLAVI	175 gr.	272
AYRAN	200 mL.	58

16.10.2024 Çarşamba	Miktar	Kalori
DOMATES ÇORBASI	250 gr.	102
MANTARLI PİLİÇ ROTİ	190 gr.	302
SOSLU MAKARNA	150 gr.	230
VİŞNE KOMPOSTO	120 gr.	87

17.10.2024 Perşembe	Miktar	Kalori
TAVUK SUYU ÇORBASI	250 gr.	228
PÜRELİ TAS KEBABI	200 gr.	321
PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	259
CACIK	185 gr.	76

18.10.2024 Cuma	Miktar	Kalori
DOM. ŞEHRİYE ÇORBASI	250 gr.	87
ÇITIR TAVUK	100 gr. + Garn.	261
BULGUR PİLAVI	150 gr.	272
MEVSİM SALATA	90 gr.	28

21.10.2024 Pazartesi	Miktar	Kalori
SEBZE ÇORBASI	250 gr.	184
ETLİ KURU FASULYE	200 gr.	286
PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	259
MEYVE	170 gr.	113

22.10.2024 Salı	Miktar	Kalori
YAYLA ÇORBASI	250 gr.	214
MİSKET KÖFTE	120 gr. + Garn.	381
ERİŞTE	140 gr.	245
KARIŞIK SALATA	100 gr.	52

23.10.2024 Çarşamba	Miktar	Kalori
EZOĞELİN ÇORBASI	250 gr.	228
ETLİ MANTI	200 gr.	339
ŞAKŞUKA	150 gr.	212
MEYVE SUYU	200 mL.	112

24.10.2024 Perşembe	Miktar	Kalori
DOMATES ÇORBASI	250 gr.	102
MENGEN MUSAKKA	200 gr.	286
SOSLU MAKARNA	150 gr.	230
CACIK	185 gr.	76

25.10.2024 cuma	Miktar	Kalori
MERCİMEK ÇORBASI	250 gr.	186
KÖRİ SOSLU TAVUK (SEBZELİ)	200 gr.	297
Ş. PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	274
AYRAN	200 mL.	58

28.10.2024 Pazartesi
CUMHURİYET BAYRAMI

29.10.2024 Salı
CUMHURİYET BAYRAMI

30.10.2024 Çarşamba	Miktar	Kalori
TARHANA ÇORBASI	250 gr.	205
FIRIN TAVUK PİRZOLA+Garn.	200 gr.	336
PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	259
AYRAN	175 ml.	58

31.10.2024 Perşembe	Miktar	Kalori
YAYLA ÇORBASI	250 gr.	214
ETLİ NOHUT YEMEĞİ	200 gr.	316
BULGUR PİLAVI	175 gr.	272
REVANİ	150 gr.	292