

**ESKİŞEHİR TEKNİK ÜNİVERSİTESİ (ESTÜ)**  
**OCAK 2025 GENEL YEMEK MENÜSÜ**

02.01.2025 Perşembe		
	Miktar	Kalori
MERCİMEK ÇORBASI	250 gr	220
ET DÖNER+PATATES KIZT.	90 gr. + Garn	263
TAZE FASULYE *	200 gr.	170
PIRİNÇ PİLAVI	160 gr.	259
AYRAN	170 ml	58

03.01.2025 Cuma		
	Miktar	Kalori
ŞEHİRİYE ÇORBASI	250 gr	220
TERBİYELİ KÖFTE	200 gr	263
BARBUNYA YEMEĞİ*	200 gr.	274
SOSLU MAKARNA	150 gr.	230
PUDİNG	200 gr.	284

06.01.2025 Pazartesi		
	Miktar	Kalori
EZOĞELİN ÇORBASI	250 gr.	186
ETLİ BEZELYE YEMEĞİ	210 gr.	339
BEZELYE YEMEĞİ *	210 gr.	228
ŞEHR.BULGUR PİLAVI	175 gr.	252
CACIK	185 gr.	76

07.01.2025 Salı		
	Miktar	Kalori
MENGEN ÇORBA	250 gr.	209
PATLIÇAN MUSAKKA	220 gr.	270
İSPANAK YEMEĞİ *	220 gr.	235
NAPOLİTEN SOSLU MAKARNA	150 gr.	330
AYRAN	170 ml	58

08.01.2025 Çarşamba		
	Miktar	Kalori
KR. SEBZE ÇORBA	250 gr.	228
ETLİ NOHUT	200 gr.	287
NOHUT YEMEĞİ *	250 gr.	247
BULGUR PİLAVI	175 gr.	252
KEŞKÜL	200 gr.	312

09.01.2025 Perşembe		
	Miktar	Kalori
TAVUKLU ŞEHİRİYE ÇORBASI	250 gr.	212
MANTARLI ET SOTE	175 gr.	324
MANTAR SOTE *	200 gr.	308
MISIRLI PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	240
MEVSİM SALATA	90 gr.	28

10.01.2025 Cuma		
	Miktar	Kalori
DOMATES ÇORBASI	250 gr.	102
FIRIN TAVUK	120gr.+GARN.	283
İMAM BAYILDI*	200 gr.	216
SOSLU SPAGETİ	150 gr.	230
REVANİ	150 gr.	295

13.01.2025 Pazartesi		
	Miktar	Kalori
DÜĞÜN ÇORBASI	250 gr.	205
ETLİ TAZE FASULYE	200 gr.	105
TAZE FASULYE *	200 gr.	248
ŞEHR. PİRİNÇ PİLAVI	150 gr.	230
KASE YOĞURT	200 gr.	110

14.01.2025 Salı		
	Miktar	Kalori
YAYLA ÇORBASI	250 gr.	220
TAVUK ŞİNİTZEL+GARN.	100 gr.+GARN.	147
PIRASA YEMEĞİ*	175 gr.	243
SOSLU MAKARNA	150 gr.	218
KEMALPAŞA	120 gr.	289

15.01.2025 Çarşamba		
	Miktar	Kalori
KR. DOMATES ÇORBASI	250 gr.	102
ETLİ KURU FASULYE	200 gr.	286
MEVSİM TÜRLÜ *	200 gr.	261
PIRİNÇ PİLAVI	160 gr.	259
KARIŞIK TURŞU	100 gr.	110

16.01.2025 Perşembe		
	Miktar	Kalori
MERCİMEK ÇORBASI	250 gr.	186
HASANPAŞA KÖFTE+PÜRE	160 gr.	596
PATATES YEMEĞİ *	200 gr.	197
BULGUR PİLAVI	175 gr.	252
MEYVE	150 gr.	172

17.01.2025 Cuma		
	Miktar	Kalori
ŞAFAK ÇORBASI	250 gr.	122
SOSLU FIRIN BAGET	120gr.+GARN.	242
BEZELYE YEMEĞİ	200 gr.	228
ERİŞTE MAKARNA	160 gr.	259
AYRAN	170 ml	58

20.01.2025 Pazartesi		
	Miktar	Kalori
EZOĞELİN ÇORBASI	250 gr.	186
SOYA SOSLU SEBZELİ TAVUK	140 gr.	96
YOĞURLU İSPANAK *	220 gr.	247
SOSLU MAKARNA	150 gr.	230
MEYVE SUYU	200 mL	110

21.01.2025 Salı		
	Miktar	Kalori
DOMATES ÇORBASI	250 gr.	102
İZMİR KÖFTE	100 gr.+Garn.	197
BARBUNYA YEMEĞİ *	200 gr.	274
BULGUR PİLAVI	175 gr.	252
SÜTLAÇ	200 gr.	292

22.01.2025 Çarşamba		
	Miktar	Kalori
YAYLA ÇORBASI	250 gr.	214
ETLİ NOHUT YEMEĞİ	200 gr.	278
NOHUT YEMEĞİ *	200 gr.	256
PIRİNÇ PİLAVI	160 gr.	259
CACIK	185 gr.	76

23.01.2025 Perşembe		
	Miktar	Kalori
MERCİMEK ÇORBASI	250 gr.	228
KIYMALI MENGEN MUSAKKA	200 gr.	227
MENGEN MUSAKKA *	225 gr.	276
PEYNİRLİ MAKARNA	150 gr.	230
MEVSİM SALATA	90 gr.	28

24.01.2025 Cuma		
	Miktar	Kalori
KR. MANTAR ÇORBASI	250 gr.	227
ÇITIR TAVUK+GARN.	100 gr. + Garn.	551
KABAK GRATEN *	260 gr.	266
Ş.PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	274
ŞEKERPARE	120 gr.	312

27.01.2025 Pazartesi		
	Miktar	Kalori
SEBZE ÇORBASI	250 gr.	228
ETLİ KURU FASULYE	200 gr.	286
KURU FASULYE *	200 gr.	226
PIRİNÇ PİLAVI	160 gr.	259
CACIK	185 gr.	76

28.01.2025 Salı		
	Miktar	Kalori
TARHANA ÇORBASI	250 gr.	205
DALYAN KÖFTE	100 gr. + Garn.	223
KARIŞIK MUSAKKA *	200 gr.	194
BULGUR PİLAVI	140 gr.	245
SUPANGLE	200 gr.	58

29.01.2025 Çarşamba		
	Miktar	Kalori
Ş. TAVUK ÇORBASI	250 gr.	228
KIY. İSPANAK GRATEN	200 gr.	310
İSPANAK YEMEĞİ *	200 gr.	290
SOSLU MAKARNA	120 gr	310
MEYVE	180 gr.	113

30.01.2025 Perşembe		
	Miktar	Kalori
DOMATES ÇORBASI	250 gr.	102
KIYMALI MEVSİM TÜRLÜ	175 gr	206
SANDAL SEFASI *	200 gr.	178
FIRIN MAKARNA	175 gr.	272
MEVSİM SALATA	90	28

31.01.2025 Cuma		
	Miktar	Kalori
MERCİMEK ÇORBASI	250 gr.	186
ET DÖNER+GARN.	90 gr. + Garn.	328
BAMYA YEMEĞİ *	200 gr.	228
NOH. PİRİNÇ PİLAVI	160 gr.	265
AYRAN	170 ml	58