

**ESKİŞEHİR TEKNİK ÜNİVERSİTESİ (ESTÜ)**  
**MART 2026 GENEL YEMEK MENÜSÜ**

02.03.2026 Pazartesi	Miktar	Kalori	03.03.2026 Salı	Miktar	Kalori	04.03.2026 Çarşamba	Miktar	Kalori	05.03.2026 Perşembe	Miktar	Kalori	06.03.2026 Cuma	Miktar	Kalori
Domates Çorba	200 gr.	220	Tarhana Çorbası	200 gr.	178	Köylü Çorba	200 gr.	278	Kremalı Sebze Çorba	200 gr.	204	Şehriye Çorba	200 gr.	186
Etlı Kuru Fasulye	200 gr.	305	Eksili Köfte	200 gr.	300	Kıymalı Karnabahar Graten	200 gr.	295	Tas Kebabı	200 gr.	315	Soya Soslu Tavuk Sote	175 gr.	306
Gemici U. Kuru Fasulye*	200 gr.	255	Yeşil Mercimek Yemeği*	200 gr.	254	Kaşarlı Karnabahar Graten*	200 gr.	287	Bamya Yemeği*	200 gr.	288	Sebze Sote*	200 gr.	275
Pirinç Pilavı	160 gr.	370	Soslu Makarna	150 gr.	265	Şehriyeli Bulgur Pilavı	160 gr.	290	Pirinç Pilavı	150 gr.	370	Tereyağlı Erişte	150 gr.	330
Salatalık Turşu	100 gr.	105	Meyve	150 gr.	100	Kakaolu Puding	150 gr.	302	Patates Salatası	175 gr.	212	Ayran	200 ml.	56

09.03.2026 Pazartesi	Miktar	Kalori	10.03.2026 Salı	Miktar	Kalori	11.03.2026 Çarşamba	Miktar	Kalori	12.03.2026 Perşembe	Miktar	Kalori	13.03.2026 Cuma	Miktar	Kalori
Mercimek Çorba	200 gr.	225	Kereviz Çorba	200 gr.	187	Yayla Çorbası	200 gr.	188	Sebzeli Şehriye Çorba	200 gr.	196	Toyga Çorba	200 gr.	276
Cordon Blue+Garn	100 gr.+Garn.	312	İzmir Köfte	200 gr.	355	Kıymalı Taze Fasulye	200 gr.	302	Fırında Tavuk But+ Garn.	120 gr.+Garn	298	Etlı Mevsim Türü	200 gr.	314
Mantar Sote*	200 gr.	288	Bamya Yemeği*	200 gr.	288	Zy. Taze Fasulye*	200 gr.	288	Zeytinyağlı Kereviz*	200 gr.	275	Mevsim Türü*	200 gr.	315
Kremalı Makarna	150 gr.	275	İç Pilav	150 gr.	290	Bulgur Pilavı	160 gr.	268	Şehriye Pilavı	150 gr.	265	Bulgur Pilavı	160 gr.	235
Meyve Suyu	200 ml.	110	Cacık	185 gr.	128	İrmik Helvası	150 gr.	441	Mevsim Salata	90 gr.	106	Meyve	150 gr.	100

16.03.2026 Pazartesi	Miktar	Kalori	17.03.2026 Salı	Miktar	Kalori	18.03.2026 Çarşamba	Miktar	Kalori	20.03.2026 Cuma	Miktar	Kalori
Mercimek Çorba	200 gr.	225	Yayla Çorbası	200 gr.	188	Düğün Çorbası	200 gr.	215	RESMİ TATİL		
Soslu Et Döner+Garn.	90 gr.+Garn.	305	Tavuklu Elbasan Tava	180 gr.	327	Gemici U. Nohut	200 gr.	215			
Sebze Sote*	200 gr.	275	Bezelye Yemeği*	200 gr.	269	Gemici U. Nohut*	200 gr.	215			
Şehriyeli Pirinç Pilavı	160 gr.	377	Peynirli Makarna	150 gr.	245	Mısırlı Pirinç Pilavı	160 gr.	331			
Bardak Yoğurt	200 gr.	98	Yaş Pasta	120 gr.	340	K. Lahana-Havuç Salatası	100 gr.	96			

23.03.2026 Pazartesi	Miktar	Kalori	24.03.2026 Salı	Miktar	Kalori	25.03.2026 Çarşamba	Miktar	Kalori	26.03.2026 Perşembe	Miktar	Kalori	27.03.2026 Cuma	Miktar	Kalori
Şehriyeli Domates Çorba	200 gr.	186	Sebze Çorba	200 gr.	196	Tarhana Çorba	200 gr.	178	Terbiyeli Pirinç Çorba	200 gr.	133	Yüksük Çorba	200 gr.	205
Mantı (Sos+Yoğurt)	200 gr.	258	Hasanpaşa Köfte	150 gr.	314	Tavuk Fajita	175 gr.	308	Kıymalı Patates Musakka	200 gr.	308	Et Döner+Garn.	90 gr.+Garn.	340
Yoğurtlu Ispanak*	200 gr.	285	Kabak Kalye*	200 gr.	240	Zy. Brokoli*	200 gr.	254	Kaşarlı Patates Musakka*	200 gr.	306	Bezelye Yemeği*	200 gr.	269
Mercimek Köftesi	120 gr.	368	Cevizli Erişte	150 gr.	415	Mercimekli Bulgur Pilavı	160 gr.	255	Bulgur Pilavı	160 gr.	248	Pirinç Pilavı	160 gr.	370
Meyve	150 gr.	100	Profiterol	120 gr.	503	Limonata	200 ml.	8	Akdeniz Salata	90 gr.	110	Ayran	200 ml.	56

30.03.2026 Pazartesi	Miktar	Kalori	31.03.2026 Salı	Miktar	Kalori
Naneli Yoğurt Çorba	200 gr.	196	Hanımğa Çorba	200 gr.	159
Etlı Barbunya Fasulye	200 gr.	226	Kıymalı Pırasa Yemeği	200 gr.	307
Gemici U. Barbunya Fasulye*	200 gr.	272	Zy. Pırasa Yemeği*	200 gr.	274
Şehriyeli Pilav	160 gr.	265	Soslu Makarna	150 gr.	265
Meyve	150 gr.	100	Cacık	185 gr.	128

\*ETSİZ

İlgili menü, Türk Gıda Mevzuatı hükümlerine uygun olarak tarafımızca hazırlanmış, onayınıza sunulmuştur.