

İSTANBUL KAMPÜSLERİ ARALIK AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	SABAH KAHVALTISI İÇERİĞİ	Alerjen	Kalori Miktarı	ÖĞLE YEMEĞİ İÇERİĞİ	Alerjen	Kalori Miktarı	İKİNDİ KAHVALTISI İÇERİĞİ	Alerjen	Kalori Miktarı
1 ARALIK 2025 PAZARTESİ	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ YUMURTA KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 3 5	230 60 133 60	MERCİMEK ÇORBASI EV USULU HAMBURGER FIRINDA PATATES AYRAN SALATA	1 1,3 5	70 392 95 56 100	HAMURİŞİ KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	120 110 60 60
2 ARALIK 2025 SALI	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ EKMEK ÜZERİ LEZZETLER IHLAMUR	5 1,3,5	230 60 240 8	SEBZE ÇORBASI KURU FASULYE PIRINÇ PILAVI BISKÜVİLİ TATLI SALATA	1,5 1,5	110 267 250 165 100	MEYVE KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5	50 110 60
3 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ OMLET KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 3 5	230 60 151 60	TOYGA ÇORBASI İZMİR KÖFTE BONCUK MAKARNA MEYVE SALATA	1,3,5 1,3,5 1	62 197 160 50 100	KEK KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	175 110 60 60
4 ARALIK 2025 PERŞEMBE	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ PASTANE KÖŞESİ İÇECEK BÜFESİ	5 1,3,5 5	230 60 250 60	EZOGELİN ÇORBASI TAZE FASULYE YEMEĞİ PIRINÇ PILAVI YOĞURT SALATA	1 5	95 204 250 81 100	SÜTLÜ TATLI KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5 1,5	160 110 60
5 ARALIK 2025 CUMA	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ YUMURTA KÖŞESİ İÇECEK BÜFESİ	5 3 5	230 60 133 60	DOMATES ÇORBASI ÇITIR BALIK FIRINDA PATATES İRMİK HELVASI SALATA	1,5 1,3 1,5	110 217 95 330 100	MEYVE SALATASI ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5	60 110 60
8 ARALIK 2025 PAZARTESİ	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ YUMURTA KÖŞESİ İÇECEK BÜFESİ	5 3 5	230 60 133 60	TARHANA ÇORBASI URFA DÜRÜM FIRINDA PATATES AYRAN SALATA	1,5 5	91 336 95 56 100	HAMURİŞİ KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	120 110 60 60
9 ARALIK 2025 SALI	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ EKMEK ÜZERİ LEZZETLER	5 1,3,5	230 60 240	SEBZE ÇORBASI NOHUT YEMEĞİ PIRINÇ PILAVI MOZAIK PASTA SALATA	1,5 1,5	110 161 250 202 100	MEYVE KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5	50 110 60
10 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ KREP İÇECEK KÖŞESİ	5 1,3,5 5	230 60 182 60	MERCİMEK ÇORBASI FIRIN KÖFTE MAKARNA YOĞURT SALATA	1 1,3 1 5	70 300 160 81 100	ISLAK KEK KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	185 110 60 60
11 ARALIK 2025 PERŞEMBE	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE BÜFESİ PASTANE BÜFESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 1,3,5 5	230 60 250 60	EZOGELİN ÇORBASI ETLİ DOLMA PEYNİRLİ TEPŞİ BÖREĞİ YOĞURT SALATA	1 1,3,5 5	95 240 280 81 100	SÜTLÜ TATLI KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,3,5 1,5	160 110 60
12 ARALIK 2025 CUMA	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ ÇİRPILMIŞ YUMURTA İÇECEK KÖŞESİ	5 3 5	230 60 133 60	YAYLA ÇORBASI İNEGÖL KÖFTE MAKARNA MEYVE SALATA	1,3,5 1,3 1	99 328 160 50 100	MEYVE KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5	50 110 60
15 ARALIK 2025 PAZARTESİ	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ YUMURTA KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 3 5	230 60 133 60	TARHANA ÇORBASI BOŞNAK MANTISI HAVUÇ KALYE YOĞURT SALATA	1,5 1,3 5	91 243 35 81 100	HAMURİŞİ KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	120 110 60 60
16 ARALIK 2025 SALI	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ EKMEK ÜZERİ LEZZETLER İÇECEK KÖŞESİ	5 5 5	230 60 240 60	SEBZE ÇORBASI KURU FASULYE PIRINÇ PILAVI KAKAOLU PRENSES TATLISI SALATA	1,5 1,5 1,3,5	110 267 250 320 100	MEYVE KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5	50 110 60
17 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İTALYAN SEBZELİ OMLET İÇECEK KÖŞESİ	5 1,3,5 5	230 60 230 60	YAYLA ÇORBASI TİRE KÖFTESİ BULGUR PILAVI MEYVE SALATA	1,3,5 1 1	99 239 190 50 100	KEK KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	175 110 60 60
18 ARALIK 2025 PERŞEMBE	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ PASTANE BÜFESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 1,3,5 5	230 60 250 60	MERCİMEK ÇORBASI BEZELYE YEMEĞİ PIRINÇ PILAVI YOĞURT SALATA	1 5	70 180 250 81 100	SÜTLÜ TATLI KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	5 1,5	110 110 60
19 ARALIK 2025 CUMA	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ YUMURTA KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 3 5	230 60 133 60	EZOGELİN ÇORBASI PATATES DOLMA PIRINÇ PILAVI AYRAN SALATA	1 5	95 234 250 56 100	MEYVE KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5	50 130 60
22 ARALIK 2025 PAZARTESİ	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ YUMURTA KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 3 5	230 60 133 60	MERCİMEK ÇORBASI İSTEK BÜRGER FIRINDA PATATES AYRAN SALATA	1 1 5	70 355 95 56 100	HAMURİŞİ KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	120 130 60 60
23 ARALIK 2025 SALI	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ EKMEK ÜZERİ LEZZETLER İÇECEK KÖŞESİ	5 1,3,5 5	230 60 240 60	YAYLA ÇORBASI YEŞİL MERCİMEK YEMEĞİ FIRIN MAKARNA KAKAOLU PUDİNG SALATA	1,3,5 1 1,5	99 208 260 110 100	MEYVE KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5	50 130 60
24 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ GÖZLEME KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 1,3,5 5	230 60 288 60	SEBZE ÇORBASI İSVEÇ KÖFTE BULGUR PILAVI MEYVE SALATA	1,5 1	110 349 190 50 100	KEK KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	175 130 60 60
25 ARALIK 2025 PERŞEMBE	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ PASTANE BÜFESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 1,3,5 5	230 60 250 60	EZOGELİN ÇORBASI ETLİ DOLMA PATATESLİ KOL BÖREĞİ YOĞURT SALATA	1 5	95 240 264 81 100	SÜTLÜ TATLI KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5 1,5	100 130 60
26 ARALIK 2025 CUMA	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ YUMURTA KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 3 5	230 60 133 60	ANADOLU ÇORBASI BOŞNAK MANTISI BROKOLİ HAŞLAMA YOĞURT SALATA	1,3 5	105 243 70 81 100	MEYVE KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5	50 130 60
29 ARALIK 2025 PAZARTESİ	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ YUMURTA KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	5 3 5	230 60 133 60	MERCİMEK ÇORBASI KAYSERİ MANTISI MEYVE YOĞURT SALATA	1 1,3,5 5	70 254 50 81 100	HAMURİŞİ KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	120 130 60 60
30 ARALIK 2025 SALI	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ EKMEK ÜZERİ LEZZETLER İÇECEK KÖŞESİ	5 1,3,5 5	230 60 240 60	TARHANA ÇORBASI NOHUT YEMEĞİ PIRINÇ PILAVI YOĞURT SALATA	1,5 5	91 161 250 81 100	KEK KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ İÇECEK KÖŞESİ	1,3,5 1,5 5	175 130 60 60
31 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	GELENEKSEL KAHVALTI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ OMLET İÇECEK KÖŞESİ	5 3 5	230 60 151 60	EZOGELİN ÇORBASI SEBZELİ MISKET KÖFTE PIRINÇ PILAVI YILBAŞI PASTASI SALATA	1 1,3,5 1,3,5	95 300 250 393 100	MEYVE KÖŞESİ ÇORBASI KÖŞESİ SEBZE KÖŞESİ	1,5	50 130 60

- * Kahvaltı ve araöğünlerde, öğrencilerimizin kendi yemek alışkanlık ve eğilimleri doğrultusunda seçim yapabilmeleri için Açık Büfe Kahvaltı, Çorba Büfesi, Yumurta Büfesi vb. farklı istasyonlar kurularak hizmet verilmektedir.
- * Geleneksel Kahvaltı Köşesi içeriğinde; Kaşar peynir, beyaz peynir, dil peyniri, çeçil peynir, zeytin çeşitleri, tahin-pekmaz, bal, reçel vb.çeşitler dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.
- * Sebze Köşesi içeriğinde; Mevsimine göre domates, salatalık, havuç, kereviz, brokoli vb. sebzeler dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.
- * Yumurta Köşesi içeriğinde; Haşlanmış yumurta, omlet, menemen vb. dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.
- * Pastane Köşesi içeriği; Simit, açma, poğaça, börek vb. çeşitler dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.
- * İçecek Köşesi içeriği; Kahvaltı ve ara öğünlerde o gün servise sunulan yiyeceğe uygun olacak şekilde, süt, ihlamur, meyve çayı, limonata, ayran vb. çeşitleri dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.
- * Meyve Köşesi içeriği; Mevsiminde meyveler ve meyve salatası çeşitleri dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.
- * Sütlü Tatlı içeriği; Sütlaç, kazandibi, keşkül, puding vb. tatlılar dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.
- * Atık yönetmeliği gereği minimum ambalajlı ürün tercih edilmektedir.
- * Pane ürünlerinde balık ürünleri hariç diğer ürünler mutfaklarda ev usulü yapılmaktadır.
- * Tatlılarda standart reçetede bulunan şeker oranının 1/2 kullanılmaktadır.
- * Aralık ayı itibari ile hava sıcaklıklarının düşmesinden dolayı yemeklerde kemik suyu kullanımına başlanacaktır.

Alerjen Tipleri:

Gluten: 1 Balık ürünleri: 2 Yumurta ürünleri: 3 Soyalı ürünler: 4 Süt ve süt ürünleri: 5 Sert kabuklu meyveler: 6

Salça: Kulaca - Öncü
Kırmızı Et: Merzifonlu Arı Kadınlar Koop. - Pınar
Ayçiçek Yağı: Kırilangıç - Abaloğlu
Tavuk ve Hindi: CP Piliç - Keskinöğlü

Süt Ürünleri: Süttaş, Eker, Amesia Arı Kadınlar, Yörükoğlu
Kahvaltılık: Koska, Pınar
Baharat: Hatay Yerel Üretici Koop.
Balık: Pınar - Dardanel

Ekmek: Kar Ekmek - Halk Ekmek
Zeytinyağı: İznikli ve Balıkesir Özköylüm
Bakliyat: Arıganonlular Köy Koop.
Amesia Arı Kadınlar Koop. - TAT
Yumurta: CP - Keskinöğlü

