

İSTANBUL KAMPÜSLERİ OCAK AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	SABAH KAHVALTISI İÇERİĞİ	Alerjen	Kalori Miktarı	ÖĞLE YEMEĞİ İÇERİĞİ	Alerjen	Kalori Miktarı	İKİNDİ KAHVALTISI İÇERİĞİ	Alerjen	Kalori Miktarı
2 Ocak 2026 Cuma	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI YUMURTA İÇEÇEK	5 3 5	230 133 60	EZOĞELİN ÇORBASI ÜÇGEN MANTI MEYVE YOĞURT SALATA	1 1,3 5	95 272 50 81 100	SÜTLÜ TATLI	1,3,5	100
5 Ocak 2026 Pazartesi	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI YUMURTA İÇEÇEK	5 3 5	230 133 60	MERCİMEK ÇORBASI ET DÖNER PIRINÇ PILAVI AYRAN SALATA	1 5	70 256 250 56 100	HAMUR İŞİ İÇEÇEK	1,3,5 5	120 60
6 Ocak 2026 Salı	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER İÇEÇEK	5 1,3,5 5	230 240 60	SEBZE ÇORBASI KURU FASULYE PIRINÇ PILAVI MOZAİK PASTA SALATA	1,5 1,5	110 267 250 202 100	MEYVE		50
7 Ocak 2026 Çarşamba	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI OMLET İÇEÇEK	5 3 5	230 151 60	YAYLA ÇORBASI İZMİR KÖFTE ERİŞTE MEYVE SALATA	1,3,5 1,3,5 1	99 197 197 50 100	KEK İÇEÇEK	1,3,5	175 60
8 Ocak 2026 Perşembe	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI İÇEÇEK	5 5	230 60	EZOĞELİN ÇORBASI MENGEN MUSAKKA BULGUR PILAVI YOĞURT SALATA	1 1 5	95 230 190 81 100	SÜTLÜ TATLI	1,3,5	100
9 Ocak 2026 Cuma	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI YUMURTA İÇEÇEK	5 3 5	230 133 60	TARHANA ÇORBASI ÇITIR TAVUK DÜRÜM FIRINDA PATATES AYRAN SALATA	1,5 1,3 5	91 386 95 56 100	MEYVE SALATASI		60
12 Ocak 2026 Pazartesi	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI YUMURTA İÇEÇEK	5 3 5	230 133 60	DOMATES ÇORBASI ÇITIR BALIK MAKARNA İRMİK HELVASI SALATA	1,5 1,2 1 1,5	70 173 160 330 100	HAMUR İŞİ İÇEÇEK	1,3,5 5	120 60
13 Ocak 2026 Salı	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER İÇEÇEK	5 1,3,5 5	230 240 60	SEBZE ÇORBASI NOHUT YEMEĞİ PIRINÇ PILAVI BISKÜVİ PASTASI SALATA	1,5 1,5	110 161 250 281 100	MEYVE		50
14 Ocak 2026 Çarşamba	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI KREP İÇEÇEK	5 1,3 5	230 182 60	YAYLA ÇORBASI HASANPAŞA KÖFTE BULGUR PILAVI MEYVE SALATA	1,3,5 1,3,5 1	99 225 190 50 100	ISLAK KEK İÇEÇEK	1,3,5 5	273 60
15 Ocak 2026 Perşembe	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI İÇEÇEK	5 5	230 60	EZOĞELİN ÇORBASI TAZE FASULYE YEMEĞİ PIRINÇ PILAVI YOĞURT SALATA	1 5	95 204 250 81 100	SÜTLÜ TATLI	1,3,5	100
16 Ocak 2026 Cuma	GELENEKSEL KAHVALTI TABAĞI YUMURTA İÇEÇEK	5 3 5	230 133 60	TARHANA ÇORBASI ÇITIR PILIÇ BONFİLE MAKARNA AYRAN SALATA	1,5 1,3 1 5	91 230 160 56 100	MEYVE		50

- * Kahvaltı ve ara öğünlerde, 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 peyniri, beyaz peynir, dil peyniri, çeçil peynir, zeytin çeşitleri, tahin-pekmez, 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, poğaç, 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, ıhlamur, 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.
- * Sütli 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 oranı kullanılmaktadır.
- * Aralık ayı itibari ile hava sıcaklıklarının düşmesinden dolayı yemeklerde kemik suyu kullanımına başlanmıştır.

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: Kırlangıç - Abaloğlu

Tavuk ve Hindi: CP Piliç - Keskinöğlu

Süt Ürünleri: Sütaş, 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: Arıgovalılar Köy Koop.

Amesia Arı Kadınlar Koop. - TAT

Yumurta: CP - Keskinöğlu

