

İSTANBUL KAMPÜSLERİ ARALIK AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ İÇERİĞİ	Alerjen	Kalori Miktarı	İKİNDİ KAHVALTISI İÇERİĞİ
1 ARALIK 2025 PAZARTESİ	MERCİMEK ÇORBASI EV USULÜ HAMBURGER FIRINDA PATATES AYRAN SALATA	1 1,3 5	70 392 95 56 100	İKİNDİ BESLENMESİ
2 ARALIK 2025 SALI	SEBZE ÇORBASI KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI BİSKÜVİLİ TATLI SALATA	1,5 1,5	110 267 250 165 100	İKİNDİ BESLENMESİ
3 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	TOYGA ÇORBASI İZMİR KÖFTE BONCUK MAKARNA MEYVE SALATA	1,3,5 1,3,5 1	62 197 160 50 100	İKİNDİ BESLENMESİ
4 ARALIK 2025 PERŞEMBE	EZOĞELİN ÇORBASI TAZE FASULYE YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT SALATA	1 5	95 204 250 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
5 ARALIK 2025 CUMA	DOMATES ÇORBASI ÇITIR BALIK FIRINDA PATATES İRMİK HELVASI SALATA	1,5 1,3 1,5	110 217 95 330 100	İKİNDİ BESLENMESİ
8 ARALIK 2025 PAZARTESİ	TARHANA ÇORBASI URFA DÜRÜM FIRINDA PATATES AYRAN SALATA	1,5 5	91 336 95 56 100	İKİNDİ BESLENMESİ
9 ARALIK 2025 SALI	SEBZE ÇORBASI NOHUT YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI MOZAİK PASTA SALATA	1,5 1,5	110 161 250 202 100	İKİNDİ BESLENMESİ
10 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	MERCİMEK ÇORBASI FIRIN KÖFTE MAKARNA YOĞURT SALATA	1 1,3 1 5	70 300 160 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
11 ARALIK 2025 PERŞEMBE	EZOĞELİN ÇORBASI ETLİ DOLMA PEYNİRLİ TEPŞİ BÖREĞİ YOĞURT SALATA	1 1,3,5 5	95 240 280 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
12 ARALIK 2025 CUMA	YAYLA ÇORBASI İNEGÖL KÖFTE MAKARNA MEYVE SALATA	1,3,5 1,3 1	99 328 160 50 100	İKİNDİ BESLENMESİ
15 ARALIK 2025 PAZARTESİ	TARHANA ÇORBASI BOŞNAK MANTISI HAVUÇ KALYE YOĞURT SALATA	1,5 1,3 5	91 243 35 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
16 ARALIK 2025 SALI	SEBZE ÇORBASI KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI KAKAOLU PRENSES TATLISI SALATA	1,5 1,3,5	110 267 250 320 100	İKİNDİ BESLENMESİ
17 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	YAYLA ÇORBASI TİRE KÖFTESİ BULGUR PİLAVI MEYVE SALATA	1,3,5 1 1	99 239 190 50 100	İKİNDİ BESLENMESİ
18 ARALIK 2025 PERŞEMBE	MERCİMEK ÇORBASI BEZELYE YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT SALATA	1 5	70 180 250 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
19 ARALIK 2025 CUMA	EZOĞELİN ÇORBASI PATATES DOLMA PİRİNÇ PİLAVI AYRAN SALATA	1 5	95 234 250 56 100	İKİNDİ BESLENMESİ
22 ARALIK 2025 PAZARTESİ	MERCİMEK ÇORBASI İSTEK BURGER FIRINDA PATATES AYRAN SALATA	1 1 5	70 355 95 56 100	İKİNDİ BESLENMESİ
23 ARALIK 2025 SALI	YAYLA ÇORBASI YEŞİL MERCİMEK YEMEĞİ FIRIN MAKARNA KAKAOLU PUDİNG SALATA	1,3,5 1 1,5	99 208 260 110 100	İKİNDİ BESLENMESİ
24 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	SEBZE ÇORBASI İSVEÇ KÖFTE BULGUR PİLAVI MEYVE SALATA	1,5 1	110 349 190 50 100	İKİNDİ BESLENMESİ
25 ARALIK 2025 PERŞEMBE	EZOĞELİN ÇORBASI ETLİ DOLMA PATATESLİ KOL BÖREĞİ YOĞURT SALATA	1 5	95 240 264 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
26 ARALIK 2025 CUMA	ANADOLU ÇORBASI BOŞNAK MANTISI BROKOLİ HAŞLAMA YOĞURT SALATA	1,3 5	105 243 70 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
29 ARALIK 2025 PAZARTESİ	MERCİMEK ÇORBASI KAYSERİ MANTISI MEYVE YOĞURT SALATA	1 1,3,5 5	70 254 50 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
30 ARALIK 2025 SALI	TARHANA ÇORBASI NOHUT YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT SALATA	1,5 5	91 161 250 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
31 ARALIK 2025 ÇARŞAMBA	EZOĞELİN ÇORBASI SEBZELİ MİSKET KÖFTE PİRİNÇ PİLAVI YILBAŞI PASTASI SALATA	1 1,3,5 1,3,5	95 300 250 393 100	İKİNDİ BESLENMESİ

* 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 içeriği: Kaşar peynir, 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 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: Kırılancı - Abaloğlu
Tavuk ve Hindi: CP Piliç - Keskinoglu

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: Arıgovanlılar Köy Koop.
Amesia Arı Kadınlar Koop. - TAT
Yumurta: CP - Keskinoglu

