

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
2 ARALIK 2024 PAZARTESİ	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	TAVUK SUYU ÇORBA NOHUT YEMEĞİ SEBZELİ BULGUR PILAVI YOĞURT	1 1,5 5	117 361 147 92	MOZAİK KEK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5,6 5	260 150
3 ARALIK 2024 SALI	TÜRK KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	ŞEHRİYE ÇORBA SOSLU KASAP KÖFTE KELEBEK MAKARNA PUDİNG	1 1,3 1 1,5	136 296 290 132	SUSAMLI ÇUBUK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5 5	205 150
4 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	EZOĞELİN ÇORBA KAYSERİ MANTI YOĞURT MOZAİK PASTA	1 1,5 5 1,5	195 322 92 221	KEŞKÜL MEYVE SALATASI	5	128 150
5 ARALIK 2024 PERŞEMBE	TÜRK KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	MERCİMEK ÇORBA TAZE FASULYE PİRİNÇ PILAVI MEYVE	1 5	191 70 259 151	ÇATAL İÇECEK BÜFESİ	1,3,5 5	162 150
6 ARALIK 2024 CUMA	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	DOMATES ÇORBA ÇITIR BALIK FİRINDA PATATES TAHİN HELVA	1,5 1,2,3 1,5	66 216 44 266	MEYVELİ KEK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5,6 5	279 150
9 ARALIK 2024 PAZARTESİ	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	ANADOLU ÇORBA YEŞİL MERCİMEK YEMEĞİ KALEM BÖREK YOĞURT	1 1,5 5	169 208 194 92	HAVUÇLU KEK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5,6 5	284 150
10 ARALIK 2024 SALI	TÜRK KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	TARHANA ÇORBA SEBZELİ MİSKET KÖFTE SOSLU SPAGETTİ AYRAN	1,5 1,3 1 5	151 264 323 60	ÇÖREKOTLU ÇUBUK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5 5	200 150
11 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	ŞAFAK ÇORBA DÜRÜM FİRINDA PATATES AYRAN	1 1 5	160 325 44 60	KAKAOLU PUDİNG MEYVE SALATASI	1,5	132 150
12 ARALIK 2024 PERŞEMBE	TÜRK KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	MERCİMEK ÇORBA BEZELYE YEMEĞİ PİRİNÇ PILAVI SUPANGLE	1 5 1,5	191 235 259 132	TUZLU KURABİYE İÇECEK BÜFESİ	1,3,5 5	243 150
13 ARALIK 2024 CUMA	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	YAYLA ÇORBA EV USULÜ ÇITIR PANE TAVUK PENNE MAKARNA MEYVE	1,3,5 1,3 1	70 265 290 151	KAKAOLU KEK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5,6 5	286 150
16 ARALIK 2024 PAZARTESİ	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	SEBZE ÇORBA KURU FASULYE PİRİNÇ PILAVI TURŞU	1,5 5	114 350 259 53	SADE KEK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5,6 5	276 150
17 ARALIK 2024 SALI	TÜRK KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	DOMATES ÇORBA SOSLU İNEGÖL KÖFTE BULGUR PILAVI MEYVE	1,5 1,3 1,5	66 286 149 151	SUSAMLI ÇUBUK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5 5	205 150
18 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	MANTAR ÇORBA SEBZELİ TAVUK SOTE SPAGETTİ YOĞURT	1,5 1 5	139 124 290 92	SÜTLAÇ MEYVE SALATASI	1,5	126 150
19 ARALIK 2024 PERŞEMBE	TÜRK KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI FIRIN PATATES PİRİNÇ PILAVI CACIK	1 5 5	191 236 259 128	ÇATAL İÇECEK BÜFESİ	1,3,5 5	162 150
20 ARALIK 2024 CUMA	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	TARHANA ÇORBA EV USULÜ HAMBURGER FİRINDA PATATES AYRAN	1,5 1,3 5	151 320 44 60	MOZAİK KEK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5,6 5	260 150
23 ARALIK 2024 PAZARTESİ	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	TAVUK SUYU ÇORBA NOHUT YEMEĞİ BULGUR PILAVI YOĞURT	1 1,5 5	117 361 149 92	MEYVELİ KEK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5,6 5	279 150
24 ARALIK 2024 SALI	TÜRK KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	YAYLA ÇORBA İZMİR KÖFTE BONCUK MAKARNA MEYVE	1,3,5 1,3 1	70 296 290 151	ÇÖREKOTLU ÇUBUK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5 5	200 150
25 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	EZOĞELİN ÇORBA BOŞNAK MANTI YOĞURT MOZAİK PASTA	1 1,5 5 1,5	195 415 92 221	GALETA MEYVE SALATASI	1,3,5	98 150
26 ARALIK 2024 PERŞEMBE	TÜRK KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	MERCİMEK ÇORBA ETLİ DOLMA SU BÖREĞİ YOĞURT	1 1,5 5	191 350 194 92	ÇATAL İÇECEK BÜFESİ	1,3,5 5	162 150
27 ARALIK 2024 CUMA	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	ISPANAK ÇORBA EV USULÜ ŞİNİTZEL PENNE MAKARNA AYRAN	1,5 1,3 1 5	172 265 290 60	HAVUÇLU KEK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5,6 5	284 150
30 ARALIK 2024 PAZARTESİ	TÜRK KAHVALTI TABAĞI YUMURTA MEYVE ÇAYI	1,5 3	250 90 15	SEBZE ÇORBA KURU FASULYE PİRİNÇ PILAVI TURŞU	1,5 5	114 350 259 53	KAKAOLU KEK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5,6 5	286 150
31 ARALIK 2024 SALI	TÜRK KAHVALTI TABAĞI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	DOMATES ÇORBA EKŞİLİ KÖFTE KELEBEK MAKARNA AYRAN	1,5 1 5	66 307 290 60	SUSAMLI ÇUBUK İÇECEK BÜFESİ	1,3,5 5	205 150

* Kahvaltı Büfesi içeriğinde; peynir çeşitleri, zeytin çeşitleri, havuç, salatalık, tahin-pekmez, bal, reçel çeşitleri içinden dönüşümlü şekilde sunum yapılmaktadır.

* Atık yönetmeliği gereği minimum ambalajlı ürün tercih edilmektedir.

* Tatlılarda standart reçetede bulunan şeker oranının 1/2 kullanılmaktadır.

* Pane ürünlerinde balık ürünleri hariç diğer ürünler mutfaqlarda ev usulü yapılmaktadır.

* İçecek büfesi süt, % 100 meyve suyu ve bitki çaylarından oluşmaktadır

Alerjen Tipleri:

Glüten: 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: Kirlangıç - Abaloğlu
Tavuk ve Hindi: CP Piliç - Keskinöğlü

Süt Ürünleri: Sütas, 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 - Keskinöğlü

