

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	ACIK BÜFE KAHVALTI PASTANE BÜFE YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,3,5 3	250 220 90 15	TAVUK SUYU ÇORBA NOHUT YEMEĞİ SEBZELİ BULGUR PILAVI YOĞURT SEBZE KÖŞESİ	1 1,5 5	117 361 147 92 176	MOZAİK KEK BÜFESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5,6 1 5	260 117 150
3 ARALIK 2024 SALI	AÇIK BÜFE KAHVALTI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	ŞEHRİYE ÇORBA SOSLU KASAP KÖFTE KELEBEK MAKARNA PUDİNG SEBZE KÖŞESİ	1 1,3 1 1,5	136 296 290 132 176	SUSAMLI ÇUBUK ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5 1 5	205 136 150
4 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	AÇIK BÜFE KAHVALTI KALEM BÖREK YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,5 3	250 194 90 15	EZOĞELİN ÇORBA KAYSERİ MANTI YOĞURT MOZAİK PASTA SEBZE KÖŞESİ	1 1,5 5 1,5	195 322 92 221 176	KEŞKÜL MEYVE SALATASI ÇORBA BÜFESİ	5 1	128 150 195
5 ARALIK 2024 PERŞEMBE	ACIK BÜFE KAHVALTI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	MERCİMEK ÇORBA TAZE FASULYE PIRINÇ PILAVI MEYVE SEBZE KÖŞESİ	1 5	191 70 259 151 176	ÇATAL KÖŞESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5 1 5	162 191 150
6 ARALIK 2024 CUMA	ACIK BÜFE KAHVALTI PASTANE BÜFE YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,3,5 3	250 220 90 15	DOMATES ÇORBA ÇITIR BALIK FIRINDA PATATES TAHİN HELVA SEBZE KÖŞESİ	1,5 1,2,3 1,5	66 216 44 266 176	MEYVELİ KEK BÜFESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5,6 1,5 5	279 66 150
9 ARALIK 2024 PAZARTESİ	ACIK BÜFE KAHVALTI PASTANE BÜFE YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,3,5 3	250 220 90 15	ANADOLU ÇORBA YEŞİL MERCİMEK YEMEĞİ KALEM BÖREK YOĞURT SEBZE KÖŞESİ	1 1,5 5	169 208 194 92 176	HAVUÇLU KEK BÜFESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5,6 1 5	284 169 150
10 ARALIK 2024 SALI	ACIK BÜFE KAHVALTI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	TARHANA ÇORBA SEBZELİ MİSKET KÖFTE SOSLU SPAGETTİ AYRAN SEBZE KÖŞESİ	1,5 1,3 1 5	151 264 323 60 176	ÇÖREKOTLU ÇUBUK KÖŞESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5 1,5 5	200 151 150
11 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	ACIK BÜFE KAHVALTI RULO BÖREK YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,5 3	250 194 90 15	ŞAFAK ÇORBA DÜRÜM FIRINDA PATATES AYRAN SEBZE KÖŞESİ	1 1 5	160 325 44 60 176	KAKAOLU PUDİNG MEYVE SALATASI ÇORBA BÜFESİ	1,5 1	132 150 160
12 ARALIK 2024 PERŞEMBE	AÇIK BÜFE KAHVALTI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	MERCİMEK ÇORBA BEZELYE YEMEĞİ PIRINÇ PILAVI SUPANGLE SEBZE KÖŞESİ	1 5 1,5	191 235 259 132 176	TUZLU KURABIYE ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5 1 5	243 191 150
13 ARALIK 2024 CUMA	ACIK BÜFE KAHVALTI PASTANE BÜFE YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,3,5 3	250 220 90 15	YAYLA ÇORBA EV USULÜ ÇITIR PANE TAVUK PENNE MAKARNA MEYVE SEBZE KÖŞESİ	1,3,5 1,3 1	70 265 290 151 176	KAKAOLU KEK BÜFESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5,6 1,3,5 5	286 70 150
16 ARALIK 2024 PAZARTESİ	ACIK BÜFE KAHVALTI PASTANE BÜFE YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,3,5 3	250 220 90 15	SEBZE ÇORBA KURU FASULYE PIRINÇ PILAVI TURŞU SALATA KÖŞESİ	1,5 5	114 350 259 53 176	SADE KEK BÜFESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5,6 1,5 5	276 114 150
17 ARALIK 2024 SALI	ACIK BÜFE KAHVALTI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	DOMATES ÇORBA SOSLU İNEGÖL KÖFTE BULGUR PILAVI MEYVE SEBZE KÖŞESİ	1,5 1,3 1,5	66 286 149 151 176	SUSAMLI ÇUBUK ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5 1,5 5	205 66 150
18 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	ACIK BÜFE KAHVALTI KOL BÖREĞİ YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,5 3	250 194 90 15	MANTAR ÇORBA SEBZELİ TAVUK SOTE SPAGETTİ YOĞURT SEBZE KÖŞESİ	1,5 1 5	139 124 290 92 176	SÜTLAÇ MEYVE SALATASI ÇORBA BÜFESİ	1,5 1	126 150 191
19 ARALIK 2024 PERŞEMBE	AÇIK BÜFE KAHVALTI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI FIRIN PATATES PIRINÇ PILAVI CACIK SEBZE KÖŞESİ	1 5 5	191 236 259 128 176	ÇATAL KÖŞESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5 1 5	162 191 150
20 ARALIK 2024 CUMA	ACIK BÜFE KAHVALTI PASTANE BÜFE YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,3,5 3	250 220 90 15	TARHANA ÇORBA EV USULÜ HAMBURGER FIRINDA PATATES AYRAN SEBZE KÖŞESİ	1,5 1,3 5	151 320 44 60 176	MOZAİK KEK BÜFESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5,6 1,5 5	260 139 150
23 ARALIK 2024 PAZARTESİ	AÇIK BÜFE KAHVALTI PASTANE BÜFE YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,3,5 3	250 220 90 15	TAVUK SUYU ÇORBA NOHUT YEMEĞİ BULGUR PILAVI YOĞURT SEBZE KÖŞESİ	1 1,5 5	117 361 149 92 176	MEYVELİ KEK BÜFESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5,6 1 5	279 117 150
24 ARALIK 2024 SALI	ACIK BÜFE KAHVALTI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	YAYLA ÇORBA İZMİR KÖFTE BONCUK MAKARNA MEYVE SEBZE KÖŞESİ	1,3,5 1,3 1	70 296 290 151 176	ÇÖREKOTLU ÇUBUK KÖŞESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5 1,3,5 5	200 70 150
25 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	ACIK BÜFE KAHVALTI KALEM BÖREĞİ YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,5 3	250 194 90 15	EZOĞELİN ÇORBA BOŞNAK MANTI YOĞURT MOZAİK PASTA SEBZE KÖŞESİ	1 1,5 5 1,5	195 415 92 221 176	GALETA KÖŞESİ MEYVE SALATASI ÇORBA BÜFESİ	1,3,5 1	98 150 191
26 ARALIK 2024 PERŞEMBE	ACIK BÜFE KAHVALTI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	MERCİMEK ÇORBA ETLİ DOLMA SU BÖREĞİ YOĞURT SEBZE KÖŞESİ	1 1,5 5	191 350 194 92 176	ÇATAL KÖŞESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5 1 5	162 191 150
27 ARALIK 2024 CUMA	ACIK BÜFE KAHVALTI PASTANE BÜFE YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,3,5 3	250 220 90 15	ISPANAK ÇORBA EV USULÜ ŞİNİTZEL PENNE MAKARNA AYRAN SEBZE KÖŞESİ	1,5 1,3 1 5	172 265 290 60 176	HAVUÇLU KEK BÜFESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5,6 1,5 5	284 172 150
30 ARALIK 2024 PAZARTESİ	ACIK BÜFE KAHVALTI PASTANE BÜFE YUMURTA KÖŞESİ MEYVE ÇAYI	1,5 1,3,5 3	250 220 90 15	SEBZE ÇORBA KURU FASULYE PIRINÇ PILAVI TURŞU SALATA KÖŞESİ	1,5 5	114 350 259 53 176	KAKAOLU KEK BÜFESİ ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5,6 1,5 5	286 114 150
31 ARALIK 2024 SALI	ACIK BÜFE KAHVALTI EKMEK ÜZERİ LEZZETLER SÜT	1,5 1,5 5	250 90 150	DOMATES ÇORBA EKŞİLİ KÖFTE KELEBEK MAKARNA AYRAN SEBZE KÖŞESİ	1,5 1 5	66 307 290 60 176	SUSAMLI ÇUBUK ÇORBA BÜFESİ İÇECEK BÜFE	1,3,5 1,5 5	205 66 150

* 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 mutfaklarda 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: 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 - Keskinöğlü

