

İSTANBUL KAMPÜSLERİ ARALIK AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ İÇERİĞİ	Alerjen	Kalori Miktarı
2 ARALIK 2024 PAZARTESİ	TAVUK SUYU ÇORBA NOHUT YEMEĞİ SEBZELİ BULGUR PİLAVI YOĞURT SALATA BAR	1 1,5 5	117 361 147 92 176
3 ARALIK 2024 SALI	ŞEHRİYE ÇORBA SOSLU KASAP KÖFTE KELEBEK MAKARNA PUDİNG SALATA BAR	1 1,3 1 1,5	136 296 290 132 176
4 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	EZOĞELİN ÇORBA KAYSERİ MANTI YOĞURT MOZAİK PASTA SALATA BAR	1 1,5 5 1,5	195 322 92 221 176
5 ARALIK 2024 PERŞEMBE	MERCİMEK ÇORBA TAZE FASULYE PİRİNÇ PİLAVI MEYVE SALATA BAR	1 5	191 70 259 151 176
6 ARALIK 2024 CUMA	DOMATES ÇORBA ÇITIR BALIK FIRINDA PATATES TAHİN HELVA SALATA BAR	1,5 1,2,3 1,5	66 216 44 266 176
9 ARALIK 2024 PAZARTESİ	ANADOLU ÇORBA YEŞİL MERCİMEK YEMEĞİ KALEM BÖREK YOĞURT SALATA BAR	1 1,5 5	169 208 194 92 176
10 ARALIK 2024 SALI	TARHANA ÇORBA SEBZELİ MİSKET KÖFTE SOSLU SPAGETTİ AYRAN SALATA BAR	1,5 1,3 1 5	151 264 323 60 176
11 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	ŞAFAK ÇORBA DÜRÜM FIRINDA PATATES AYRAN SALATA BAR	1 1 5	160 325 44 60 176
12 ARALIK 2024 PERŞEMBE	MERCİMEK ÇORBA BEZELYE YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI SUPANGLE SALATA BAR	1 5 1,5	191 235 259 132 176
13 ARALIK 2024 CUMA	YAYLA ÇORBA EV USULÜ ÇITIR PANE TAVUK PENNE MAKARNA MEYVE SALATA BAR	1,3,5 1,3 1	70 265 290 151 176
16 ARALIK 2024 PAZARTESİ	SEBZE ÇORBA KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI TURŞU SALATA BAR	1,5 5	114 350 259 53 176
17 ARALIK 2024 SALI	DOMATES ÇORBA SOSLU İNEGÖL KÖFTE BULGUR PİLAVI MEYVE SALATA BAR	1,5 1,3 1,5	66 286 149 151 176
18 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	MANTAR ÇORBA SEBZELİ TAVUK SOTE SPAGETTİ YOĞURT SALATA BAR	1,5 1 5	139 124 290 92 176
19 ARALIK 2024 PERŞEMBE	MERCİMEK ÇORBA KIYMALI FIRIN PATATES PİRİNÇ PİLAVI CACIK SALATA BAR	1 5 5	191 236 259 128 176
20 ARALIK 2024 CUMA	TARHANA ÇORBA EV USULÜ HAMBURGER FIRINDA PATATES AYRAN SALATA BAR	1,5 1,3 5	151 320 44 60 176
23 ARALIK 2024 PAZARTESİ	TAVUK SUYU ÇORBA NOHUT YEMEĞİ BULGUR PİLAVI YOĞURT SALATA BAR	1 1,5 5	117 361 149 92 176
24 ARALIK 2024 SALI	YAYLA ÇORBA İZMİR KÖFTE BONCUK MAKARNA MEYVE SALATA BAR	1,3,5 1,3 1	70 296 290 151 176
25 ARALIK 2024 ÇARŞAMBA	EZOĞELİN ÇORBA BOŞNAK MANTI YOĞURT MOZAİK PASTA SALATA BAR	1 1,5 5 1,5	195 415 92 221 176
26 ARALIK 2024 PERŞEMBE	MERCİMEK ÇORBA ETLİ DOLMA SU BÖREĞİ YOĞURT SALATA BAR	1 1,5 5	191 350 194 92 176
27 ARALIK 2024 CUMA	İSPANAK ÇORBA EV USULÜ ŞİNİTZEL PENNE MAKARNA AYRAN SALATA BAR	1,5 1,3 1 5	172 265 290 60 176
30 ARALIK 2024 PAZARTESİ	SEBZE ÇORBA KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI TURŞU SALATA BAR	1,5 5	114 350 259 53 176
31 ARALIK 2024 SALI	DOMATES ÇORBA EKŞİLİ KÖFTE KELEBEK MAKARNA AYRAN SALATA BAR	1,5 1 5	66 307 290 60 176

* 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 - Keskinoğlu

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

Ekmek: Kar Ekmek - Halk Ekmek
Bakliyat: İznikli ve Balıkesir Özköylüm
Amesia Arı Kadınlar Koop. - TAT
Yumurta: CP - Keskinoğlu

