



ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ

MART /2023 AYI YEMEK MENÜSÜ

GÜNLER	1. HAFTA	2.HAFTA	3. HAFTA	4. HAFTA	5.HAFTA
		6 Mart 2023	13 Mart 2023	20 Mart 2023	27 Mart 2023
PAZARTESİ		Yüksük Çorbası	Ezogelin Çorbası	Süzme Kırmızı Mercimek Çorbası	Brokoli Çorbası
		Mantarlı Et Sote	Etlı Kuru Fasulye	Macar Kebabı	Etlı Nohut Yemeđi
		Bulgur Pilavı	Pirinç Pilavı	Cevzli Erişte	Arpa Şehriyeli Pirinç Pilavı
		Kandil Simidi	Cacık	Elma	Kornişon Turşu
KALORİ		1120 kkal	1093 kkal	1197 kkal	900 kkal
		7 Mart 2023	14 Mart 2023	21 Mart 2023	28 Mart 2023
SALI		Sebze Çorbası	Antep Çorbası	Hörre Aşı Çorbası	Bit Bit Çorbası
		Soslu Yoğurtlu Mantı	Tepsi Köfte	Nevruz Pilavı	Tavuklu Sultan Kebabı
		Zeytinyađlı Barbunya Pilaki	Kuskus Pilavı	Karışık Kızartma+Yoğurt	Erişteyi Yeşil Mercimek Yemeđi
		Çikolatalı Muhallebili Pasta	Havuç+Marul+Turp Salatası	Cevzli Baklava	Sütlaç
KALORİ		1300 kkal	1003 kkal	1300 kkal	940 kkal
	1 Mart 2023	8 Mart 2023	15 Mart 2023	22 Mart 2023	29 Mart 2023
ÇARŞAMBA	Anadolu Çorbası	Ezogelin Çorbası	Tarhana Çorbası	Mısır Çorbası	Mantar Çorbası
	Yoğurt Soslu Sömelek Köfte	Fırında Tavuk But	Piliç Topkapı	Mantarlı Krema Soslu Tavuk Bonfile	Karniyarık
	Piyaz	Pirinç Pilavı	Fırında Beşamelli Karnabahar	Peynirli Tepsi Böređi	Pirinç Pilavı
	Kemalpaşa Tatlısı	Elma Kompostosu	Şekerpare Tatlısı	Gavurdağı Salatası	Haydari
KALORİ	1150 kkal	1112 kkal	1310 kkal	1039 kkal	983 kkal
	2 Mart 2023	9 Mart 2023	16 Mart 2023	23 Mart 2023	30 Mart 2023
PERŞEMBE	Tandır Çorbası	Domates Çorbası	Süzme Kırmızı Mercimek Çorbası	Yüksük Çorbası	Tel Şehriye Çorbası
	Fırında Tavuk Kanat	Tavuk Şinitzel	Tavuk Döner	Pürelı Rostı Köfte	Etlı Bezelye
	Sebzeli Pirinç Pilavı	Napolitan Soslu Makarna	Pirinç Pilavı	Fırında Kaşarlı Ispanak	Sebzeli Bulgur Pilavı
	Mevsim Salata	Patates Salatası	Ayran	Güllaç	Havuç Tarator
KALORİ	919 kkal	983 kkal	1100 kkal	1100 kkal	1055 kkal
	3 Mart 2023	10 Mart 2023	17 Mart 2023	24 Mart 2023	31 Mart 2023
CUMA	Köylü Çorbası	Tavuk Suyu Çorbası	Patates Ezme Çorbası	Yayla Çorbası	Tarhana Çorbası
	Kadınbuda Köfte	Orman Kebabı	Patlıcan Musakka	Tavuk Baget Haşlama	Macar Gulaş
	Patatesli Tepsi Böređi	İç Pilav	Meyhane Pilavı	Arpa Şehriye Pilavı	Şehriyeli Pirinç Pilavı
	Portakal	Spungle	Ayran	Pembe Sultan	Brokoli Salatası
KALORİ	1030 kkal	1190 kkal	900 kkal	1060 kkal	960 kkal

Not:Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığımız gerektiğinde menülerde değişiklik yapma hakkına sahiptir.

