

T.C.  
YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ MÜDÜRLÜĞÜ  
2023 YILI EYLÜL AYI YEMEK MENÜSÜ

TARİH	KAHVALTI	KALORI	ÖĞLE	KALORI	AKŞAM	KALORI
01.09.2023	ÇAY	0	DÜĞÜN ÇORBA	94	EZOĞELİN ÇORBA	180
	SİMİT	255	ETLİ TAZE FASULYE	159	BAGET HAŞLAMA	263
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KEMALPAŞA	251	SÜTLAÇ	268
	REÇEL-TEREYAĞ	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>614</b>		<b>763</b>		<b>944</b>
02.09.2023	SÜT	114	SARI MERCİMEK ÇORBA	91	ŞAFAK ÇORBA	66
	POĞAÇA	243	İZMİR KÖFTE	208	KARNİYARIK	191
	LOR PEYNİR	81	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KAVUN	60	CACIK	122
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>603</b>		<b>618</b>		<b>528</b>
03.09.2023	ÇAY	0	TARHANA ÇORBA	121	KUSKUS ÇORBA	136
	MENEMEN	142	TAVUK SARMA	435	ÇİFTLİK KEBABI	214
	KAŞAR PEYNİRİ	106	MAKARNA	233	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	ÇOBAN SALATA	59	PUDING	132
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>529</b>		<b>848</b>		<b>741</b>
04.09.2023	ÇAY	0	MARAŞ ÇORBA	281	HANIMAĞA ÇORBA	193
	BAZLAMA	358	ETLİ KURU FASULYE	172	AVCI KEBABI	256
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	REVANI	348	AYRAN	114
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>624</b>		<b>1060</b>		<b>712</b>
05.09.2023	SÜT	114	ARABAŞI ÇORBA	149	DOMATES ÇORBA	66
	SİMİT	255	ETLİ DOLMABİBER	202	PİLİÇ TOPKAPI	550
	BEYAZ PEYNİR	124	FIRIN MAKARNA	382	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KOMPOSTO	198	SALATA	59
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>774</b>		<b>931</b>		<b>908</b>
06.09.2023	MEYVE SUYU	102	TARHANA ÇORBA	121	TAVUK ÇORBA	149
	PATATES KIZARTMA	250	TAVUK DÖNER	231	ETLİ NOHUT	285
	LOR PEYNİR	81	PİRİNÇ PİLAVI	259	MEYHANE PİLAVI	159
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	80	TRİLİÇE	301
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>598</b>		<b>691</b>		<b>894</b>
07.09.2023	SÜT	114	KÖYLÜ ÇORBA	188	ÇERKEZ ÇORBA	202
	PEYNİRLİ POĞAÇA	243	ET TANTUNİ	345	ETLİ TAZE FASULYE	159
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	BULGUR PİLAVI	149	FIRIN MAKARNA	382
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	KAVUN	60
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>716</b>		<b>804</b>		<b>803</b>
08.09.2023	ÇAY	0	TOYGA ÇORBA	102	HANIMAĞA ÇORBA	193
	BAZLAMA	358	ROSTO KÖFTE	197	ÇİN TAVUĞU	242
	BEYAZ PEYNİR	124	SEBZELİ MAKARNA	233	Z.Y BARBUNYA	134
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KEMALPAŞA	251	YOĞURT	114
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				

<b>TOPLAM</b>		<b>954</b>		<b>783</b>		<b>683</b>
09.09.2023	SÜT	114	EZOĞELİN ÇORBA	180	YAYLA ÇORBA	94
	OMLET	104	PATLICAN MUSAKKA	124	SEBZELİ KÖFTE	251
	KAŞAR PEYNİRİ	106	MEYHANE PİLAVI	159	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	HAYDARI	200	KAVUN	60
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>512</b>		<b>663</b>		<b>638</b>
10.09.2023	ÇAY		ŞEHRİYE ÇORBA	136	ÇERKEZ ÇORBA	202
	ŞİMİT	255	TAVUK HAŞLAMA	263	PİLAVÜSTÜ ET KAVURMA	312
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MAKARNA	233	SALATA	59
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KARPUZ	59	AYRAN	114
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>614</b>		<b>691</b>		<b>687</b>
11.09.2023	SÜT	114	DOMATES ÇORBA	66	EZOĞELİN ÇORBA	180
	PATATESLİ POĞAÇA	283	PATLICAN TAVA	251	KABAK KALYE	150
	LOR PEYNİR	81	BULGUR PİLAVI	149	BÖREK	389
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	REVANI	348
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>950</b>		<b>588</b>		<b>1067</b>
12.09.2023	MEYVE SUYU	102	ARABAŞI ÇORBA	149	MERCİMEK ÇORBA	91
	ŞİMİT	255	ETLİ NOHUT	285	TAVUK KÜLBASTI	421
	BEYAZ PEYNİR	14	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	YAŞ PASTA	362	ŞAKŞUKA	167
	PATATES KIZARTMA	250				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>699</b>		<b>1055</b>		<b>828</b>
13.09.2023	ÇAY		HANIMAĞA ÇORBA	193	TAVUK ÇORBA	149
	KEK	240	PATATES MUSAKKA	471	KARIŞIK IZGARA	260
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MANTI	190	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KAVUN	60	KEMALPAŞA TATLISI	251
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>790</b>		<b>914</b>		<b>919</b>
14.09.2023	SÜT	114	SARI MERCİMEK ÇORBA	91	MANTAR ÇORBA	133
	PATATES KIZARTMA	250	TAVUK DÖNER	217	ETLİ NOHUT	285
	BEYAZ PEYNİR	124	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	80	SÜTLAÇ	268
	REÇEL-TEREYAĞ	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>769</b>		<b>647</b>		<b>835</b>
15.09.2023	MEYVE SUYU	102	MARAŞ ÇORBA	281	HANIMAĞA ÇORBA	193
	BAZLAMA	358	FIRIN KÖFTE	283	TAVUK PİRZOLA	435
	KAŞAR PEYNİRİ	106	BULGUR PİLAVI	149	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	60	KAVUN	60
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>731</b>		<b>773</b>		<b>921</b>
16.09.2023	SÜT	114	ŞAFAK ÇORBA	66	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	91
	POĞAÇA	243	İSLİM KEBABI	173	PATATES MUSAKKA	471
	LOR PEYNİR	81	PİRİNÇ PİLAVI	259	MANTI	190
	KOKTEYL ZEYTİN	48	ICEBERG SALATA	99	KOMPOSTO	198
	BAL-TEREYAĞ	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>719</b>		<b>597</b>		<b>950</b>
17.09.2023	ÇAY		ŞEHRİYE ÇORBA	136	SEBZE ÇORBA	87
	KEK	240	TAVUK TANTUNİ	183	ETLİ KURU FASULYE	172
	BEYAZ PEYNİR	124	MAKARNA	233	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	SÜT HELVASI	395
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				

<b>TOPLAM</b>		<b>552</b>		<b>666</b>		<b>913</b>
18.09.2023	SÜT	114	ARABAŞI ÇORBA	149	MARAŞ ÇORBA	281
	ÇÖREK	210	ETLİ GÜVEÇ	221	IZGARA KÖFTE	260
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	BULGUR PİLAVI	149	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	TRİLİÇE	301	KAZANDIBI	301
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>683</b>		<b>820</b>		<b>1075</b>
19.09.2023	SÜT	114	TARHANA ÇORBA	121	ŞAFAK ÇORBA	66
	POĞAÇA	243	BEYTİ KEBABI	294	TAVUK BAGET HAŞLAMA	263
	BEYAZ PEYNİR	124	MEYHANE PİLAVI	159	ERİŞTE	244
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KAVUN	60	REVANİ	348
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>953</b>		<b>634</b>		<b>921</b>
20.09.2023	MEYVE SUYU	102	EZOĞELİN ÇORBA	180	ÇERKEZ ÇORBA	202
	OMLET	104	ETLİ NOHUT	285	TEPSİ KEBABI	172
	LOR PEYNİR	81	PİRİNÇ PİLAVI	259	Z.Y. BARBUNYA	134
	KOKTEYL ZEYTİN	48	MUHALLEBI	233	SALATA	59
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>568</b>		<b>957</b>		<b>567</b>
21.09.2023	SÜT	114	HANIMAĞA ÇORBA	193	YAYLA ÇORBA	94
	BÖREK	389	PİLİÇ TOPKAPI	550	ETLİ TAZE FASULYE	159
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MAKARNA	233	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	UZUM	60	İNCİR UYUTMA	251
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>769</b>		<b>1036</b>		<b>653</b>
22.09.2023	ÇAY	0	ŞEHİRİYE ÇORBA	136	MISIR ÇORBA	90
	MENEMEN	142	MANİSA KÖFTE	409	TAVUK FAJITA	217
	LOR PEYNİR	81	SPAGETTİ	233	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	AYRAN	114
	REÇEL TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>504</b>		<b>837</b>		<b>680</b>
23.09.2023	SÜT	114	MERCİMEK ÇORBA	91	AŞÇIBAŞI ÇORBA	150
	BAZLAMA	358	PATLICAN MUSAKKA	124	SEBZELİ KÖFTE	251
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	YAŞ PASTA	362
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>738</b>		<b>596</b>		<b>996</b>
24.09.2023	ÇAY		KUSKUS ÇORBA	136	TAVUK ÇORBA	149
	SİMİT	255	TAVUK SOTE	288	ETLİ KURU FASULYE	172
	KAŞAR PEYNİRİ	106	BULGUR PİLAVI	149	SEBZELİ PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KARPUZ	60	PUDING	132
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>642</b>		<b>633</b>		<b>712</b>
25.09.2023	ÇAY		KÖYLÜ ÇORBA	188	ŞEHİRİYE ÇORBA	136
	PATATES KIZARTMA	250	PİLAVÜSTÜ ET KAVURMA	312	ETLİ DOLMABİBER	202
	BEYAZ PEYNİR	124	SALATA	59	BÖREK	389
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	80	KOMPOSTO	198
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>846</b>		<b>639</b>		<b>925</b>
26.09.2023	SÜT	114	YAYLA ÇORBA	94	MERCİMEK ÇORBA	91
	SİMİT	255	ORMAN KEBABI	213	TAVUK GRATEN	150
	LOR PEYNİR	81	PİRİNÇ PİLAVI	259	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	ŞEKERPAZE	272
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				

<b>TOPLAM</b>		<b>731</b>		<b>625</b>		<b>746</b>
27.09.2023	MEYVE SUYU	102	EZOĞELİN ÇORBA	180	KÖYLÜ ÇORBA	188
	PATATES KIZARTMA	250	ADANA KÖFTE/SÖĞÜŞ	215	ÇİFTLİK KEBABI	214
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MEYHANE PİLAVI	159	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	80	HAYDARI	200
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>595</b>		<b>634</b>		<b>861</b>
28.09.2023	SÜT	114	ARABAŞI ÇORBA	149	YAYLA ÇORBA	94
	KEK	240	KARNİYARIK	191	İZMİR KÖFTE	209
	BEYAZ PEYNİR	124	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	SALATA	59
	BAL-TEREYAĞ	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>759</b>		<b>721</b>		<b>511</b>
29.09.2023	MEYVE SUYU	102	TARHANA ÇORBA	121	SARI MERCİMEK ÇORBA	91
	MENEMEN	142	TAVUK SARMA	435	PATATES MUSAKKA	471
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MAKARNA	233	MANTI	190
	KOKTEYL ZEYTİN	48	TRAMISU	223	MEYVE	60
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>510</b>		<b>1012</b>		<b>812</b>
30.09.2023	SÜT	114	AŞÇIBAŞI ÇORBA	150	MISIR ÇORBA	90
	BÖREK	389	TAS KEBABI	213	TAVUK SOTE	288
	KAŞAR PEYNİRİ	106	BULGUR PİLAVI	149	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	KAKAOLU PUDING	132
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
<b>TOPLAM</b>		<b>774</b>		<b>571</b>		<b>769</b>

























