

T.C.
YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ MÜDÜRLÜĞÜ
2022 YILI TEMMUZ AYI YEMEK MENÜSÜ

TARİH	KAHVALLI	KALORİ	ÖĞLE	KALORİ	AKŞAM	KALORİ
01.07.2022	ÇAY		EZOĞELİN ÇORBA	95	YAYLA ÇORBA	98
	SİMİT	255	ETLİ NOHUT	285	TAVUK SARMA	435
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	YAŞ PASTA	250	SALATA	59
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
DOMATES-SALATALIK	30					
TOPLAM		614		889		825
02.07.2022	SÜT	114	TARHANA ÇORBA	151	SARI MERCİMEK ÇOR.	140
	POĞAÇA	243	KARIŞIK MUSAKKA	155	ETLİ TAZE FASÜLYE	159
	LOR PEYNİR	81	BULGUR PİLAVI	149	FIRIN MAKARNA	382
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	KARPUZ	60
	TAHİN PEKMEZ	87				
DOMATES-SALATALIK	30					
TOPLAM		603		577		741
03.07.2022	MEYVE SUYU	102	TAVUK ÇORBA	186	DOMATES ÇORBA	66
	MENEMEN	142	İZMİR KÖFTE	192	ETLİ TÜRLÜ	221
	KAŞAR PEYNİRİ	106	ERİŞTE	244	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	CACIK	122
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
DOMATES-SALATALIK	30					
TOPLAM		631		681		668
04.07.2022	SÜT	114	EZOĞELİN ÇORBA	95	TARHANA ÇORBA	151
	BAZLAMA	358	ÇİN TAVUĞU	242	ROSTO KÖFTE	197
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	SEBZELİ MAKARNA	240	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KARPUZ	60	ŞEKERPARE	272
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
DOMATES-SALATALIK	30					
TOPLAM		738		637		879
05.07.2022	ÇAY		ARABAŞI ÇORBA	186	TOYGA ÇORBA	102
	SİMİT	255	ETLİ DOLMA BİBER	147	TAVUK HAŞLAMA	263
	BEYAZ PEYNİR	124	SİGARA BÖREĞİ	187	MEYHANE PİLAVI	159
	KOKTEYL ZEYTİN	48	ÇİKOLATALI PUDİNG	132	SALATA	59
	BAL-TEREYAĞI	203				
DOMATES-SALATALIK	30					
TOPLAM		660		652		583
06.07.2022	ÇAY		KÖYLÜ ÇORBA	271	SARI MERCİMEK ÇORBA	140
	PATATES KIZARTMA	250	ÇİFTLİK KEBABI	214	ETLİ KURU FASÜLYE	172
	LOR PEYNİR	81	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	RUS SALATASI	255	REVANİ	348
	TAHİN PEKMEZ	87				
DOMATES-SALATALIK	30					
TOPLAM		496		999		809
07.07.2022	SÜT	114	ŞEHRİYE ÇORBA	136	MANTAR ÇORBA	139
	POĞAÇA	243	MANİSA KÖFTE	409	TAS KEBABI	213
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MAKARNA	233	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	ÇOBAN SALATA	59	KAVUN	60
	REÇEL-TEREYAĞI	203				

	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		716		837		671
08.07.2022	ÇAY		ÇERKEZ ÇORBA	202	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	121
	BAZLAMA	358	ANKARA TAVA	206	FIRIN TAVUK	333
	BEYAZ PEYNİR	124	BARBUNYA PİLAKİ	134	SOSLU MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SÜTLAÇ	268	YEŞİLLİK SALATA	59
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		954		810		746
09.07.2022	SÜT	114	ŞEHİRİYE ÇORBA	136	TARHANA ÇORBA	151
	OMLET	101	ÇOBAN KAVURMA	249	PATATES MUSAKKA	471
	KAŞAR PEYNİRİ	106	PİRİNÇ PİLAVI	259	MANTI	190
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	TRİLİÇE	301
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		509		758		1113
10.07.2022	MEYVE SUYU	102	DOMATES ÇORBA	66	EZOĞELİN ÇORBA	95
	SİMİT	255	SEBZELİ KÖFTE	251	ÇİFTLİK KEBABI	214
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	SOSLU MAKARNA	233	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	CACIK	122
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		716		609		580
11.07.2022	SÜT	114	HANIMAĞA ÇORBA	289	MANTAR ÇORBA	139
	POĞAÇA	243	TAVUK ÇÖKERTME	286	ETLİ DOLMA BİBER	202
	LOR PEYNİR	81	ERİŞTE	244	FIRIN MAKARNA	380
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KARPUZ	60	ŞEKERPARE	272
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		910		879		993
12.07.2022	ÇAY		TAVUK ÇORBA	186	TOYGA ÇORBA	102
	SİMİT	255	PATLICAN GÜVEÇ	148	İZMİR KÖFTE	192
	BEYAZ PEYNİR	124	BULGUR PİLAVI	149	SEBZELİ MAKARNA	240
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	KAVUN	60
	PATATES KIZARTMA	250				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		707		605		594
13.07.2022	ÇAY		SARI MERCİMEK ÇORBA	140	DOMATES ÇORBA	66
	KEK	240	ETLİ KURU FASÜLYE	172	KARIŞIK MUSAKKA	155
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	MEYHANE PİLAVI	201
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KEMALPAŞA	167	ÇİKOLATALI PUDİNG	132
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		790		738		554
14.07.2022	SÜT	114	YAYLA ÇORBA	98	ÇERKEZ ÇORBA	202
	PATATES KIZARTMA	250	TAS KEBABI	213	PİLİÇ SARMA	350
	BEYAZ PEYNİR	124	BULGUR PİLAVI	149	PEYNİRLİ MAKARNA	283
	KOKTEYL ZEYTİN	48	ÇOBAN SALATA	59	ŞEFTALİ	47
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		769		519		882

15.07.2022	ÇAY		KÖYLÜ ÇORBA	271	TAVUK ÇORBA	186
	BAZLAMA	358	FIRIN KÖFTE	283	ETLİ NOHUT	285
	KAŞAR PEYNİRİ	106	SEBZELİ MAKARNA	240	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	MUHALLEBİ	233
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		745		908		963
16.07.2022	SÜT	114	ŞAFAK ÇORBA	66	EZOĞELİN ÇORBA	95
	POĞAÇA	243	PİLİÇ TOPKAPI	550	ANKARA TAVA	206
	LOR PEYNİR	81	SOSLU MAKARNA	233	BARBUNYA PİLAKİ	134
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	İRMİK HELVASI	532
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		719		908		967
17.07.2022	MEYVE SUYU	102	TARHANA ÇORBA	151	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	121
	MENEMEN	142	PATLICAN MUSAKKA	131	ALİ NAZİK KEBABİ	293
	BEYAZ PEYNİR	124	PİRİNÇ PİLAVI	259	SOSLU MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	HAYDARI	200	KARPUZ	60
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		556		741		707
18.07.2022	SÜT	114	ŞEHİRİYE ÇORBA	136	TARHANA ÇORBA	151
	KEK	240	TAVUK DÖNER	231	PATLICAN GÜVEÇ	148
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	CACIK	122
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		713		740		570
19.07.2022	ÇAY		MANTAR ÇORBA	139	SARI MERCİMEK ÇORBA	140
	POĞAÇA	243	ETLİ TAZE FASÜLYE	159	TAVUK HAŞLAMA	263
	BEYAZ PEYNİR	124	FIRIN MAKARNA	380	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	BİSKÜVİLİ PASTA	361	SALATA	59
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		839		1039		695
20.07.2022	ÇAY		MARAŞ ÇORBA	281	TAVUK ÇORBA	186
	OMLET	101	ŞEHZADE KEBABİ	313	ETLİ DOLMA BIBER	202
	LOR PEYNİR	81	BULGUR PİLAVI	149	PEYNİRLİ BÖREK	389
	KOKTEYL ZEYTİN	48	RUS SALATASI	255	KOMPOSTO	198
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		463		998		975
21.07.2022	SÜT	114	KÖYLÜ ÇORBA	271	EZOĞELİN ÇORBA	95
	BÖREK	389	BEYTİ KEBABİ	391	ETLİ NOHUT	285
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	SOSLU MAKARNA	233	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KARPUZ	60	YAŞ PASTA	362
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		769		955		1001
22.07.2022	ÇAY		TOYGA ÇORBA	102	ŞAFAK ÇORBA	66
	MENEMEN	142	TAVUK SOTE	288	ÇİFTLİK KEBABİ	214
	LOR PEYNİR	81	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149

	KOKTEYL ZEYTİN	48	REVANİ	348	CACIK	122
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		388		997		551
23.07.2022	SÜT	114	ARABAŞI ÇORBA	186	ŞEHİRİYE ÇORBA	136
	BAZLAMA	358	KABAK MUSAKKA	151	PİLAVÜSTÜ KAVURMA	432
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	FIRIN MAKARNA	380	SALATA	59
	KOKTEYL ZEYTİN	48	HAYDARİ	200	AYRAN	114
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		738		917		741
24.07.2022	MEYVE SUYU	102	HANIMAĞA ÇORBA	289	ÇERKEZ ÇORBA	202
	SİMİT	255	ANKARA TAVA	206	TAVUK GRATEN	150
	KAŞAR PEYNİRİ	106	BARBUNYA PİLAKİ	134	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	İRMİK HELVASI	532	KAVUN	60
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		744		1161		645
25.07.2022	SÜT	114	DOMATES ÇORBA	66	TOYGA ÇORBA	102
	PATATES KIZARTMA	250	PİLİÇ TOPKAPI	550	İZMİR KÖFTE	192
	BEYAZ PEYNİR	124	SEBZELİ MAKARNA	240	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	PUDİNG	132
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		960		915		575
26.07.2022	ÇAY		SARI MERCİMEK ÇORBA	140	YEŞİL MERCİMEK ÇOR.	121
	SİMİT	255	ET DÖNER	150	SANDAL SEFASI	191
	LOR PEYNİR	81	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	HAVUÇ TARATOR	158
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		617		663		619
27.07.2022	ÇAY		TARHANA ÇORBA	151	TAVUK ÇORBA	186
	PATATES KIZARTMA	250	KARNİYARIK	191	KIYMALI PİDE	356
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MEYHANE PİLAVI	159	SALATA	59
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	AYRAN	114
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		609		623		715
28.07.2022	SÜT	114	YAYLA ÇORBA	98	EZOĞELİN ÇORBA	95
	KEK	240	ROSTO KÖFTE	197	KARIŞIK MUSAKKA	155
	BEYAZ PEYNİR	124	SOSLU MAKARNA	233	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	MEYVELİ MUHALLEBİ	233	REVANİ	348
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		759		761		747
29.07.2022	ÇAY		KÖYLÜ ÇORBA	271	DOMATES ÇORBA	66
	MENEMEN	142	PİLAVÜSTÜ TAVUK	430	TAS KEBABI	213
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	SALATA	59	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	KARPUZ	60
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				

TOPLAM		408		874		598
30.07.2022	SÜT	114	YAYLA ÇORBA	98	SARI MERCİMEK ÇORBA	140
	BÖREK	389	ETLİ BEZELYE	181	ETLİ DOLMA BİBER	202
	KAŞAR PEYNİRİ	106	BÖREK	389	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KOMPOSTO	198	PUDİNG	132
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		890		866		707
31.07.2022	MEYVE SUYU	102	MARAŞ ÇORBA	281	ŞAFAK ÇORBA	66
	SİMİT	255	TAVUK HAŞLAMA	263	SEBZELİ KÖFTE	251
	BEYAZ PEYNİR	124	MAKARNA	233	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	AYRAN	114
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		646		836		690