

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

TARİH	KAHVALTI	KALORİ	ÖĞLE	KALORİ	AKŞAM	KALORİ
8/1/2022	ÇAY		YAYLA ÇORBA	98	EZOĞELİN ÇORBA	95
	SİMİT	255	ETLİ KURU FASULYE	172	SEBZELİ KEBAP	251
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	BİSKÜVİLİ PASTA	361	HAYDARI	200
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		614		890		695
8/2/2022	SÜT	114	TARHANA ÇORBA	151	DOMATES ÇORBA	66
	POĞAÇA	243	FIRIN PİRZOLA	435	ETLİ DOLMA BİBER	202
	LOR PEYNİR	81	SEBZELİ MAKARNA	240	FIRIN MAKARNA	382
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	INCİR UYUTMA	251
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		603		885		901
8/3/2022	ÇAY	102	SARI MERCİMEK ÇORBA	140	HANIMAĞA ÇORBA	289
	MENEMEN	142	ÇİFTLİK KEBABI	214	TAVUK HAŞLAMA	263
	KAŞAR PEYNİRİ	106	PİRİNÇ PİLAVI	259	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	SALATA	59
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		631		735		844
8/4/2022	SÜT	114	ŞEHRİYE ÇORBA	136	TOYGA ÇORBA	102
	BAZLAMA	358	TAVUK DÖNER	231	ETLİ TAZE FASULYE	159
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	KIBRIS TATLISI	327
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		738		740		847
8/5/2022	ÇAY		EZOĞELİN ÇORBA	95	KÖYLÜ ÇORBA	271
	SİMİT	255	KADINBUDU KÖFTE	405	AVCI KEBABI	256
	BEYAZ PEYNİR	124	FASULYE PİYAZI	134	BÖREK	389
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KARPUZ	60	HAVUÇ TARATOR	158
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		660		694		1074
8/6/2022	MEYVE SUYU	102	ŞAFAK ÇORBA	66	ŞEHRİYE ÇORBA	136
	PATATES KIZARTMA	250	PATATES MUSAKKA	471	PİLİÇ TOPKAPI	550
	LOR PEYNİR	81	MANTI	190	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KOMPOSTO	198	SALATA	59
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		598		925		978
8/7/2022	SÜT	114	MERCİMEK ÇORBA	95	TARHANA ÇORBA	151
	POĞAÇA	243	ETLİ TÜRLÜ	221	SEBZELİ KÖFTE	251
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MEYHANE PİLAVI	159	FIRIN MAKARNA	382
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	PUDING	132
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		716		597		916
8/8/2022	ÇAY		HANIMAĞA ÇORBA	289	YAYLA ÇORBA	98
	BAZLAMA	358	TAVUK SOTE	288	KADINBUDU KÖFTE	405
	BEYAZ PEYNİR	124	PİRİNÇ PİLAVI	259	KISIR	178
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KIBRIS TATLISI	327	REVANI	348
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		954		1163		1029
22	SÜT	114	SARI MERCİMEK ÇORBA	140	DOMATES ÇORBA	66
	OMLET	101	KARIŞIK MUSAKKA	155	ÇİN TAVUĞU	242

8/9/2022	KAŞAR PEYNİRİ	106	BULGUR PİLAVI	149	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KAVUN	60	ÇOBAN SALATA	59
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		509		504		600
8/10/2022	ÇAY	102	ARABAŞI ÇORBA	186	DÜĞÜRCÜK ÇORBA	195
	SİMİT	255	ETLİ NOHUT	285	ÇİFTLİK KEBABI	214
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	MEYHANE PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KAKAOLU PUDING	132	CACIK	122
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		716		862		790
8/11/2022	SÜT	114	EZOĞELİN ÇORBA	95	YAYLA ÇORBA	98
	POĞAÇA	243	TAVUKLU ÇÖKERTME	286	PÜRELİ ROSTO KÖFTE	197
	LOR PEYNİR	81	SOSLU MAKARNA	233	CEVİZLİ ERİŞTE	244
	KOKTEYL ZEYTİN	48	ÇOBAN SALATA	59	KAVUN	60
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		910		673		599
8/12/2022	ÇAY		DOMATES ÇORBA	66	ŞEHİRİYE ÇORBA	136
	SİMİT	255	PATLICAN KEBAP	313	TAVUK SOTE	288
	BEYAZ PEYNİR	124	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	SALATA	59
	PATATES KIZARTMA	250				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		707		760		632
8/13/2022	MEYVE SUYU	102	YAYLA ÇORBA	98	YÜKSÜK ÇORBA	260
	KEK	240	FIRIN KÖFTE	283	ORMAN KEBABI	256
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	BULGUR PİLAVI	149	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	ÇİKOLATALI PUDING	132	TRİLİÇE	301
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		892		662		1076
8/14/2022	SÜT	114	SARI MERCİMEK ÇORBA	140	TOYGA ÇORBA	102
	PATATES KIZARTMA	250	TAVUK HAŞLAMA	263	ETLİ KURU FASULYE	172
	BEYAZ PEYNİR	124	PİRİNÇ PİLAVI	259	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	MUHALLEBİ	233
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		769		776		656
8/15/2022	ÇAY		ARABAŞI ÇORBA	186	SEBZE ÇORBA	114
	BAZLAMA	358	ETLİ BİBER DOLMA	202	FIRIN BAGET	263
	KAŞAR PEYNİRİ	106	SPAGETTİ	233	PEYNİRLİ MAKARNA	283
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KIBRIS TATLISI	327	HAYDARI	200
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		745		948		860
8/16/2022	SÜT	114	TARHANA ÇORBA	151	EZOĞELİN ÇORBA	95
	POĞAÇA	243	MANİSA KÖFTE	409	KARIŞIK MUSAKKA	155
	LOR PEYNİR	81	SOSLU MAKARNA	233	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	MEYVE	60	CACIK	122
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		719		853		521
8/17/2022	ÇAY	102	KÖYLÜ ÇORBA	271	YEŞİL MERCİMEK ÇORBA	121
	MENEMEN	142	TAVUK DÖNER	231	TAS KEBABI	213
	BEYAZ PEYNİR	124	PİRİNÇ PİLAVI	259	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	CACIK	122
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		556		875		715
18/2022	SÜT	114	ŞEHİRİYE ÇORBA	136	MANTAR ÇORBA	139
	KEK	240	BEYTİ KEBABI	391	PİLİÇ TOPKAPI	550
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	BULGUR PİLAVI	149	MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	İNCİR UYUTMA	251	SALATA	59

8/	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		713		927		981
8/19/2022	ÇAY		MARAŞ ÇORBA	281	TOYGA ÇORBA	102
	POĞAÇA	243	TAVUK FAJITA	352	ANNE KÖFTE/KIZARTMA	310
	BEYAZ PEYNİR	124	MAKARNA	233	BARBUNYA	134
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SÜTLAÇ	268	AYRAN	114
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		839		1134		660
8/20/2022	MEYVE SUYU	102	ÇERKEZ ÇORBA	202	SARI MERCİMEK ÇORBA	140
	OMLET	101	SEBZELİ KEBAP	251	ETLİ TAZE FASULYE	159
	LOR PEYNİR	81	PİRİNÇ PİLAVI	259	FIRIN MAKARNA	382
	KOKTEYL ZEYTİN	48	ŞEKERPARE	272	PUDING	132
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		565		984		813
8/21/2022	SÜT	114	TARHANA ÇORBA	151	ŞEHRİYE ÇORBA	136
	BÖREK	389	MİSKET KÖFTE	214	PİLAVÜSTÜ TAVUK	430
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MEYHANE PİLAVI	259	SALATA	59
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KAVUN	60	AYRAN	114
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		769		684		739
8/22/2022	ÇAY		MARAŞ ÇORBA	281	YAYLA ÇORBA	98
	MENEMEN	142	ETLİ TAZE FASULYE	159	ETLİ NOHUT	285
	LOR PEYNİR	81	FIRIN MAKARNA	382	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KEMALPAŞA TATLISI	167	PUDING	132
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		388		989		774
8/23/2022	SÜT	114	MERCİMEK ÇORBA	95	TARHANA ÇORBA	151
	BAZLAMA	358	HÜNKARBEĞENDİ	347	KIYMALI PİDE	356
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MEYHANE PİLAVI	159	SALATA	59
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	AYRAN	114
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		738		660		680
8/24/2022	ÇAY	0	DOMATES ÇORBA	66	HANIMAĞA ÇORBA	289
	SİMİT	255	TAVUK SOTE	288	PATLICAN KEBAP	313
	KAŞAR PEYNİRİ	106	SEBZELİ MAKARNA	240	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	KAVUN	60	CACIK	122
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		642		654		873
8/25/2022	SÜT	114	ŞEHRİYE ÇORBA	136	ÇERKEZ ÇORBA	202
	PATATES KIZARTMA	250	ET DÖNER	150	ETLİ DOLMABİBER	202
	BEYAZ PEYNİR	124	PİRİNÇ PİLAVI	259	BÖREK	389
	KOKTEYL ZEYTİN	48	AYRAN	114	KOMPOSTO	198
	TAHİN HELVASI	394				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		960		659		991
8/26/2022	ÇAY		TOYGA ÇORBA	102	EZOĞELİN ÇORBA	95
	SİMİT	255	SANDAL SEFASI	191	KARIŞIK MUSAKKA	155
	LOR PEYNİR	81	SOSLU MAKARNA	233	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	REVANİ	348	YOĞURT	126
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		617		874		635
8/27/2022	MEYVE SUYU	102	ARABAŞI ÇORBA	186	ŞEHRİYE ÇORBA	136
	PATATES KIZARTMA	250	ETLİ KURU FASULYE	172	TAVUK SOTE	288
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	PİRİNÇ PİLAVI	259	MEYHANE PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	MUHALLEBİ	233	SALATA	59
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				

TOPLAM		711		850		632
8/28/2022	SÜT	114	TARHANA ÇORBA	151	ŞAFAK ÇORBA	66
	KEK	240	SEBZELİ KÖFTE	251	FIRIN KÖFTE	283
	BEYAZ PEYNİR	124	BULGUR PİLAVI	149	SOSLU MAKARNA	233
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	ŞEKERPARE	272
	BAL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		759		673		854
8/29/2022	ÇAY		KÖYLÜ ÇORBA	271	YAYLA ÇORBA	98
	MENEMEN	142	PİLİÇ TOPKAPI	550	FIRIN BAGET	263
	HAŞLANMIŞ YUMURTA	78	MAKARNA	233	PİRİNÇ PİLAVI	259
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SALATA	59	KAVUN	60
	KAKAOLU FINDIK EZME	110				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		408		1113		680
8/30/2022	SÜT	114	ŞAFAK ÇORBA	66	SEBZE ÇORBA	114
	BÖREK	389	TAVUK GRATEN	150	ORMAN KEBABI	256
	KAŞAR PEYNİRİ	106	ERİŞTE	244	BULGUR PİLAVI	149
	KOKTEYL ZEYTİN	48	SÜTLAÇ	268	ÇOBAN SALATA	59
	REÇEL-TEREYAĞI	203				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		890		728		578
8/31/2022	ÇAY	0	EZOĞELİN ÇORBA	95	ARABAŞI ÇORBA	186
	SİMİT	255	ÇİFTLİK KEBABI	214	TAVUK FAJITA	352
	BEYAZ PEYNİR	124	PİRİNÇ PİLAVI	259	ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA	134
	KOKTEYL ZEYTİN	48	CACIK	122	REVANI	348
	TAHİN PEKMEZ	87				
	DOMATES-SALATALIK	30				
TOPLAM		544		690		1020