TED MERSİN KOLEJİ ARALIK AYI YEMEK MENÜSÜ

PAZARTESİ		SALI		ÇARŞAMBA		PERŞEMBE		CUMA	
				01/12/2021	Kcal	02/12/2021	Kcal	03/12/2021	Kcal
				Arnavut Çorba	130	Etli Taze Fasulye	250	Süzme Mercimek Çorba	140
				Dalyan Köfte/Patates Püresi	360	T.yağlı Bulgur Pilavı	220	Lahmacun	320
				Boncuk Pilavı	230	Yoğurt	110	Ayran	70
				Mevsim Salata	90	Meyve	90	Şekerpare	200
				Top	810	Top	670	Top	730
06/12/2021	Kcal	07/12/2021	Kcal	08/12/2021	Kcal	09/12/2021	Kcal	10/12/2021	Kcal
Kr.Brokoli Çorbası	150	Etli Kuru Fasulye	320	Elvan Kız Çorbası	160	Mahluta Çorba	145	Kaş.Domates Çorba	130
Tavuk Elbasan Tava	350	Pirinç Pilavı	195	Pideli Cızbız Köfte	360	Yeşil Mer.Ispanak Kavurma	240	Pizza	360
Bulgur Pilavı	220	Yoğurt	110	Lolorosso Salatası	90	Bolonez Soslu Makarna	230	Akdeniz Salata	90
Beyaz Lah.Havuç Salata	90	Çikolatalı İrmik Tatlısı	190	Ayran	70	Yoğurt	110	Ayran	70
Top	810	Top	815	Top	680	Top	725	Top	650
13/12/2021	Kcal	14/12/2021	Kcal	15/12/2021	Kcal	16/12/2021	Kcal	17/12/2021	Kcal
Toyga Çorbası	150	Barbunya	320	Mahluta Çorba	140	Etli Bezelye	230	Ezogelin Çorbası	130
Püreli Hasanpaşa Köfte	360	Tavuklu Pirinç Pilav	220	Fır.Uskumru Fileto	320	Fırın Makarna	250	Sultan Kebabı	360
Dom.Bulgur Pilavı	220	Yoğurt	110	Sebzeli Makarna	230	Yoğurt	110	Ayran	70
Meyve	90	Cevizli Kadayıflı Muhallebi	190	Rokalı Göbek Salata	90	Kabak Tatlısı	160	Pancarlı Yeşil Mer.Salatası	110
Top	820	Top	840	Top	780	Top	750	Top	670
20/12/2021	Kcal	21/12/2021	Kcal	22/12/2021	Kcal	23/12/2021	Kcal	24/12/2021	Kcal
Ezogelin Çorba	130	Etli Nohut Yahni	320	Dom.Şehriye Çorba	140	Yüksük Çorba	150	Mercimek Çorba	140
Fırında Sebzeli Misket Köfte	320	Bulgur Pilavı	220	Piliç Çöp Şiş	350	Etli Lahana Sarması	260	Etli Talaş Böreği	330
Çeşnili Şehriye Pilavı	210	Yoğurt	110	Turşulu Yeşil Salata	90	Yoğurt	110	Karnabahar Brokoli Salata	110
Kırmızı Lah.Havuç Salata	90	İrmik Helvası	170	Ayran	70	Lokma Tatlı	170	Ayran	70
Top	750	Top	820	Top	650	Top	690	Top	650
27/12/2021	Kcal	28/12/2021	Kcal	12/29/2021	Kcal	12/30/2021	Kcal	12/31/2021	Kcal
Ekşili Tavuklu Bulgur Köftesi	310	Kıymalı Yeşil Mercimek	320	Çerkez Çorbası	140	Gemici Usulü Kuru Fasulye	320	Garn.Fırın Tavuk	330
Fırında Sebze Mücveri	190	Patatesli Rulo Börek	250	İzmir Köfte	290	Tavuklu Pilav	220	Kestaneli İç Pilav	220
Börülce Salatası	110	Ayran	70	Peynirli Makarna	230	Yoğurt	110	Akdeniz Salata	90
Meyve	90	Böğürtlen Soslu Panna Cotta	150	Salata	90	Meyve	90	Browni	190
Top	700	Top	790	Top	750	Top	740	Top	830