

İZMİR KAMPÜSÜ MART AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	ÖĞLE YEMEĞİ İÇERİĞİ	Alerjen	Kalori Miktarı	İKİNDİ KAHVALTISI İÇERİĞİ
2 Mart 2026 Pazartesi	MERCİMEK ÇORBASI ADANA DÜRÜM FIRINDA PATATES AYRAN SALATA	1 5	70 467 95 56 100	İKİNDİ BESLENMESİ
3 Mart 2026 Salı	MANTAR ÇORBASI NOHUT YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI KAKAOLU PUDİNG SALATA	5 1,5	80 161 250 122 100	İKİNDİ BESLENMESİ
4 Mart 2026 Çarşamba	EZOĞELİN ÇORBASI ROSTO KÖFTE PENNE ARRABBIATA AYRAN SALATA	1 1,3,5 1 5	95 330 185 56 100	İKİNDİ BESLENMESİ
5 Mart 2026 Perşembe	TARHANA ÇORBASI BEZELYE YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI YOĞURT SALATA	1,5 5	91 212 250 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
6 Mart 2026 Cuma	ŞEHİRİYE ÇORBASI TAVUK BUT IZGARA KUSKUS MEYVE SALATA	1,5 1	275 160 50 100	İKİNDİ BESLENMESİ
9 Mart 2026 Pazartesi	MERCİMEK ÇORBASI PILAV ÜSTÜ ET DÖNER FIRIN PATATES AYRAN SALATA	1 5	70 506 119 56 100	İKİNDİ BESLENMESİ
10 Mart 2026 Salı	KESME ÇORBASI KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI PRENSES TATLISI SALATA	1,3,5 1,5	120 267 250 358 100	İKİNDİ BESLENMESİ
11 Mart 2026 Çarşamba	TARHANA ÇORBASI İZMİR KÖFTE BULGUR PİLAVI AYRAN SALATA	1,5 1,3,5 1 5	91 217 190 56 100	İKİNDİ BESLENMESİ
12 Mart 2026 Perşembe	KIŞ ÇORBASI LAHANA KAPAMA SPAGHETTI ARRABBIATA YOĞURT SALATA	1,5 1 5	110 214 185 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
13 Mart 2026 Cuma	EZOĞELİN ÇORBASI PİLİÇ ROTİ BULGUR PİLAVI MEYVE SALATA	1 1	95 212 190 50 100	İKİNDİ BESLENMESİ
23 Mart 2026 Pazartesi	MERCİMEK ÇORBASI ÜÇGEN MANTI BROKOLİ YOĞURT SALATA	1 1,3,5 5	70 272 55 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
24 Mart 2026 Salı	DÜĞÜN ÇORBASI NOHUT YEMEĞİ PİRİNÇ PİLAVI MOZAİK PASTA SALATA	1,5	99 161 250 202 100	İKİNDİ BESLENMESİ
25 Mart 2026 Çarşamba	EZOĞELİN ÇORBASI SOSLU KAŞAP KÖFTE FIRIN MAKARNA MEYVE SALATA	1 1,3,5	95 270 260 50 100	İKİNDİ BESLENMESİ
26 Mart 2026 Perşembe	DOMATES ÇORBASI PATATES MUSAKKA BULGUR PİLAVI YOĞURT SALATA	1,5 1 5	70 260 190 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ
27 Mart 2026 Cuma	YAYLA ÇORBASI SEBZELİ PİLİÇ SOTE PENNE MAKARNA MEYVE SALATA	3,5 1	90 260 161 50 100	İKİNDİ BESLENMESİ
30 Mart 2026 Pazartesi	MERCİMEK ÇORBASI TANTUNİ FIRIN PATATES AYRAN SALATA	1 1 5	70 470 95 56 100	İKİNDİ BESLENMESİ
31 Mart 2026 Salı	SEBZE ÇORBASI MERCİMEK YEMEĞİ GÜL BÖREĞİ YOĞURT SALATA	1,5 1,5 5	110 208 288 81 100	İKİNDİ BESLENMESİ

* Kahvaltı ve ara öğünlerde, öğrencilerimizin kendi yemek alışkanlık ve eğilimleri doğrultusunda seçim yapabilmeleri için Açık Büfe Kahvaltı, Çorba Büfesi, Yumurta Büfesi vb. farklı istasyonlar kurularak hizmet verilmektedir.

* Geleneksel Kahvaltı Köşesi içeriğinde; kaşar peyniri, beyaz peynir, dil peyniri, çeçil peynir, zeytin çeşitleri, tahin-pekmez, bal, reçel vb. çeşitler dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.

* Sebze Köşesi içeriğinde; mevsimine göre domates, salatalık, havuç, kereviz, brokoli vb. sebzeler dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.

* Yumurta Köşesi içeriğinde; haşlanmış yumurta, omlet, menemen vb. dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.

* Pastane Köşesi içeriği: simit, açma, poğaç, börek vb. çeşitler dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.

* İçecek Köşesi içeriği: kahvaltı ve ara öğünlerde o gün servise sunulan yiyeceğe uygun olacak şekilde, süt, ıhlamur, meyve çayı, limonata, ayran vb. çeşitleri dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.

* Meyve Köşesi içeriği: mevsiminde meyveler ve meyve salatası çeşitleri dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.

* Sütli Tatlı içeriği: sütlaç, keşkül, puding vb. tatlılar dönüşümlü şekilde açık büfelerde servise sunulmaktadır.

* Atık yönetmeliği gereği minimum ambalajlı ürün tercih edilmektedir.

* Pane ürünlerinde balık ürünleri hariç diğer ürünler mutfaklarda ev usulü yapılmaktadır.

* Tatlılarda standart reçetede bulunan şeker oranının 1/2 oranı kullanılmaktadır.

* Aralık ayı itibari ile hava sıcaklıklarının düşmesinden dolayı yemeklerde kemik suyu kullanımına başlanmıştır.

Alerjen Tipleri:

Gluten: 1

Balık ürünleri: 2

Yumurta ürünleri: 3

Soyalı ürünler: 4

Süt ve süt ürünleri: 5

Sert kabuklu meyveler: 6

Salça: Kulaca - Öncü

Süt Ürünleri: Sütaş, Eker, Amesia Arı Kadınlar, Yörüköğlu

Ekmek: Kar Ekmek - Halk Ekmek

Kırmızı Et: Merzifonlu Arı Kadınlar Koop. - Pınar

Kahvaltılık: Koska, Pınar

Zeytinyağı: İznikli ve Balıkesir Özköylüm

Ayçiçek Yağı: Kırilangıç - Abaloğlu

Baharat: Hatay Yerel Üretici Koop.

Bakliyat: Arıgovanlılar Köy Koop.

Tavuk ve Hindi: CP Piliç - Keskinöğlu

Balık: Pınar - Dardanel

Amesia Arı Kadınlar Koop. - TAT

Yumurta: CP - Keskinöğlu

