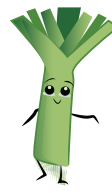




ODTÜ GVO

EKİM MENÜ



GÖKÇE FİLİZAY
BÖLGE DİREKTÖRÜ

KADİR YAVUZ
BÖLGE CATERİNG H.
YÖNETİCİSİ

TUBA YEŞİLDORUK
CATERİNG HİZ. Y.Y



PZT



SAL



ÇRŞ



PRŞ



CUM



06.10.25
KAHVALTI
KREP (187 CAL)
BAL (83 CAL)
SİYAH/YEŞİL ZEYTİN (115 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
KAŞ. K.DOMATES ÇORBA (212CAL)
ET DÖNER/PATATES/LAVAŞ (212 CAL)
PIRINÇ PILAVI (220 CAL)
AYRAN (50 CAL)

İKİNDİ
SADE POĞAÇA (150 CAL)
KOMPOSTO (112 CAL)

13.10.25
KAHVALTI
HAŞLANMIŞ YUMURTA (100 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
REÇEL (89 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
EZOGELİN ÇORBA (158 CAL)
ETLİ TAZE FASULYE (199 CAL)
SADE/ SOSLU SPAGETTİ (220 CAL)
YOĞURT (50 CAL)

İKİNDİ
AÇMA (225 CAL)
EV YAPIMI MEYVE SUYU (115 CAL)

20.10.25
KAHVALTI
PANKEK (227 CAL)
KAŞAR PEYNİR (106 CAL)
BAL (83 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
DOMATES ÇORBA (200 CAL)
BAŞ SOS. PATATES OTURTMA (78 CAL)
ERİŞTE KAVURMA (188 CAL)
YOĞURT (50 CAL)

İKİNDİ
KEMALPAŞA TATLISI (150 CAL)
MEYVE ÇAYI (50 CAL)

27.10.25
KAHVALTI
ÇITIR KALEM BÖREK (63 CAL)
TAHİN-PEKMEZ (66 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
KAŞ. K. DOMATES ÇORBA (212CAL)
TAVUK DÖNER / PATATES / LAVAŞ (312 CAL)
PIRINÇ PILAVI (220 CAL)
AYRAN (100 CAL)

İKİNDİ
HAVUÇLU TARÇINLI KEK (219 CAL)
SÜT (44 CAL)

07.10.25
KAHVALTI
FIRINDA ELMA DİLİM PATATES (125 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
REÇEL (89 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
NANELİ YOĞURT ÇORBA (118 CAL)
NOHUT (273 CAL)
MELEK PILAVI (136 CAL)
MISIRLI YEŞİLLİK SALATA (98 CAL)

İKİNDİ
ÇİKOLATALI BISK PUDİNG (218CAL)
BITKİ ÇAY (20 CAL)

14.10.25
KAHVALTI
SEBZELİ PUF POĞAÇA (187 CAL)
KAŞAR PEYNİR (106 CAL)
SİYAH/YEŞİL ZEYTİN (115 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
TUTMAÇ ÇORBA (165 CAL)
PÜRELİ ROSTO KÖFTE (293 CAL)
BULGUR PILAVI (115 CAL)
AYRAN (100 CAL)

İKİNDİ
ÇİKOLATALI PUDİNG (35 CAL)
İHLAMUR (50 CAL)

21.10.25
KAHVALTI
SEBZELİ PUF POĞAÇA (187 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
SİYAH/YEŞİL ZEYTİN (115 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, EV YAPIMI MEYVE SUYU,
TAZE MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
SÜZME MERCİMEK ÇORBA (157 CAL)
PATL. BEĞ. FIRIN KÖFTE (315 CAL)
SEBZELİ KUSKUS PILAVI (254 CAL)
HAVUÇ TARATOR (109 CAL)

İKİNDİ
KALEM BÖREK (163 CAL)
EV YAPIMI MEYVE SUYU (35 CAL)

28.10.25
KAHVALTI
OMLET (153 CAL)
KAŞAR PEYNİR (106 CAL)
BAL (83 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
EZOGELİN ÇORBA (158 CAL)
ETLİ MEVSİM TURLU (296 CAL)
SADE BULGUR PILAVI (13 CAL)
YOĞURT (50 CAL)

İKİNDİ
RESMİ TATİL



29.10.2025
29 EKİM
CUMHURİYET
BAYRAMINIZ KUTLU
OLSUN



01.10.25
KAHVALTI
PANKEK (227 CAL)
TAHİN-PEKMEZ (66 CAL)
SİYAH/YEŞİL ZEYTİN (115 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
TANELİ SEBZE ÇORBA (11 CAL)
KURU FASULYE (129 CAL)
A.ŞEHİRLİYİ PILAV (359 CAL)
CACIK (89CAL)

İKİNDİ
ÜZÜMLÜ/HAVUÇLU KEK(19CAL)
PORTAKAL SUYU (44 CAL)

8.10.25
KAHVALTI
ÇITIR KALEM BÖREK (63 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
BAL (83 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
EZOGELİN ÇORBA (158 CAL)
IZGARA KÖFTE/FIRIN PATATES (293 CAL)
TEL ŞEH. BULGUR PILAVI (115 CAL)
YOĞURT (50 CAL)

İKİNDİ
SÜTLÜ AÇMA(269 CAL)
EV YAPIMI MEYVE SUYU (115 CAL)

15.10.25
KAHVALTI
ELMA DİLİM PATATES (15 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
BAL (83 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
TARHANA ÇORBA (121CAL)
MEVSİM TURLU (273 CAL)
ERİŞTE KAVURMA (188 CAL)
MUZ (75 CAL)

İKİNDİ
MAKARNA SALATASI (169 CAL)
EV YAPIMI MEYVE SUYU (115 CAL)

22.10.2025
KAHVALTI
ELMA DİLİM PATATES (125 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
REÇEL (89 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
TARHANA ÇORBA (121CAL)
ÇITIR MÜCVER (256 CAL)
SOSLU / SADE SPAGETTİ (59 CAL)
AYRAN (50 CAL)

İKİNDİ
PATATESLİ POĞAÇA (221 CAL)
LİMONATA (75 CAL)

02.10.25
KAHVALTI
HAŞLANMIŞ YUMURTA (100 CAL)
KAŞAR PEYNİR (106 CAL)
REÇEL (89 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
TARHANA ÇORBA (121CAL)
BİBER DOLMA / YOĞURT (256 CAL)
PEYNİRLİ TEPŞİ BÖREĞİ (321 CAL)
AYVA KOMPOSTO (56CAL)

İKİNDİ
MAKARNA SALATASI (212 CAL)
İHLAMUR(50 CAL)

09.10.25
KAHVALTI
HAŞLANMIŞ YUMURTA (100 CAL)
KAŞAR PEYNİR (106 CAL)
TAHİN-PEKMEZ (66 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
TARHANA ÇORBA (121CAL)
ÇITIR MÜCVER (256 CAL)
İSPANAKLI TEPŞİ BÖREĞİ (315 CAL)
ÜZÜM KOMPOSTO (63 CAL)

İKİNDİ
ISLAK KEK(235 CAL)
SÜT (44 CAL)

16.10.25
KAHVALTI
KREP (187 CAL)
TAHİN-PEKMEZ (66 CAL)
SİYAH/YEŞİL ZEYTİN (115 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
K.DOMATES ÇORBA (121 CAL)
ARNAVUT TAVUK (212 CAL)
PIRINÇ PILAVI (56 CAL)
HAVUÇ TARATOR (96CAL)

İKİNDİ
VICTORIA SPONGE CAKE (196 CAL)
LİMONATA (75 CAL)

23.10.25
KAHVALTI
OMLET (153 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
REÇEL (89 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
EZOGELİN ÇORBA (158 CAL)
ETLİ BEZELYE (186 CAL)
PIRINÇ PILAVI (188 CAL)
YOĞURT (50 CAL)

İKİNDİ
PETİBÖR PASTA (248 CAL)
BITKİ ÇAY (20 CAL)

30.10.25
KAHVALTI
HAŞLANMIŞ YUMURTA (100 CAL)
SİYAH/YEŞİL ZEYTİN (115 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y YAPIMI MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
DOMATES ÇORBA (158 CAL)
GEMİCİ USULÜ KURU FASULYE
PIRINÇ PILAV (220 CAL)
COLESLAW (100 CAL)

İKİNDİ
KALEM BÖREK (126 CAL)
KOMPOSTO (56CAL)

03.10.25
KAHVALTI
SİMİT (260 CAL)
BEYAZ PEYNİR (93 CAL)
SİYAH/YEŞİL ZEYTİN (115 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
S.MERCİMEK ÇORBA (157 CAL)
FIRINDA TAVUK BONFİLE/ ELMA
DİLİM PATATES 2(69 CAL)
GARN. PİRİNÇ PILAVI (315 CAL)
ÜZÜM (50 CAL)

İKİNDİ
ÇİKOLATALI MILFOY (120 CAL)
NANELİ LİMONATA (60CAL)

10.10.25
KAHVALTI
OMLET (153 CAL)
KAŞAR PEYNİR (106 CAL)
SİYAH/YEŞİL ZEYTİN (115 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
S. MERCİMEK ÇORBA (157 CAL)
PİLİÇ FAJİTA (315 CAL)
SOSLU/SADE MAKARNA (278 CAL)
PEMBE SULTAN(120 CAL)

İKİNDİ
PATATES SALATASI (136 CAL)
AYRAN

17.10.25
KAHVALTI
OMLET (153 CAL)
KAŞAR PEYNİR (106 CAL)
REÇEL (89 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
SEBZE ÇORBA (112 CAL)
PIZZA / PATATES (368 CAL)
AYRAN (100 CAL)
YEŞİL SALATA(100CAL)

İKİNDİ
DAMLA SAKIZLI MUHALLEBİ (235 CAL)
BİTKİ ÇAY (20 CAL)

24.10.25
KAHVALTI
KREP (187 CAL)
BAL (83 CAL)
SİYAH/YEŞİL ZEYTİN (115 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
MANTAR ÇORBA (125 CAL)
PÜRELİ TAS KEBABİ (315 CAL)
BULGUR PILAVI (120 CAL)
MEVSİM SALATA (98 CAL)

İKİNDİ
PATSO (317 CAL)
AYRAN (100 CAL)

31.10.25
KAHVALTI
KREP (187 CAL)
BAL (83 CAL)
KAŞAR PEYNİR (106 CAL)
DİLİM HAVUÇ/SALATALIK (43 CAL)
SÜT, E.Y MEYVE SUYU, TAZE
MEYVELİ KOMPOSTO (120 CAL)

ÖĞLE
SÜZME MERCİMEK ÇORBA (157 CAL)
HAMBURGER (265 CAL)
PATATES KIZARTMA (220 CAL)
AYRAN (100 CAL)

İKİNDİ
FINDIKLI KEŞKÜL (275 CAL)
İHLAMUR (20 CAL)