

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2025 YILI KASIM AYI AKŞAM VEJETERYAN YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ***  ***(MONDAY)*** | ***SALI***  ***(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA***  ***(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE***  ***(THURSDAY)*** | ***CUMA***  ***(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ***  ***(SATURDAY)*** | ***PAZAR***  ***(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  |  | **01**  Y. MERCİMEK  PEY. ERİŞTE  KURU CACIK  SARAY BURMA  *CAL: 1330 kcal* | **02**  EZOGELİN ÇORBASI  Z.Y. BAMYA  MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1395 kcal* |
| **03**  ŞAFAK ÇORBASI  P. ÜSTÜ BARBUNYA  MEVSİM SALATA  AYRAN  *CAL: 1385 kcal* | **04**  Z.Y. NOHUT  KÖR. BULGUR PİLAVI  YOĞURT  SUPANGLE  *CAL: 1286 kcal* | **05**  DOMATES ÇORBASI  FELLAH KÖFTE  BÖRÜLCE PİYAZI  MEYVE  *CAL: 1420 kcal* | **06**  KARIŞIK MUSAKKA  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  KURU CACIK  TAHİNLİ KEMALPAŞA  *CAL: 1385 kcal* | **07**  MERCİMEK ÇORBASI  SEBZE KAVURMA  DOM. SOSLU MAKARNA  YOĞURTLU GİRİT KABAK  *CAL: 1395 kcal* | **08**  TARHANA ÇORBASI  MELANZENE  BULGUR PİLAVI  HAYDARİ  *CAL: 1287 kcal* | **09**  SULU PATATES  PEY. MAKARNA  CACIK  ŞEKERPARE  *CAL: 1287 kcal* |
| **10**  KURU FASULYE  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  LOR TATLISI  *CAL: 1390 kcaL* | **11**  MERCİMEK ÇORBASI  GAR. FALAFEL  FES. SOSLU MAKARNA  KURU CACIK  *CAL: 1390 kcaL* | **12**  TARHANA ÇORBASI  RÖŞTİ  PEY. ERİŞTE  AYRAN  *CAL: 1340 kcal* | **13**  ŞAFAK ÇORBASI  P. ÜSTÜ BARBUNYA  MEVSİM SALATA  TİRAMİSU  *CAL: 1385 kcal* | **14**  DOMATES ÇORBASI  Y. SOS. KAR. KIZARTMA  SU BÖREĞİ  MEYVE  *CAL: 1395 kcal* | **15**  KR. MANTAR ÇORBASI  İMAM BAYILDI  PEY. MAKARNA  YOĞURT  *CAL: 1395 kcal* | **16**  Z.Y. BEZELYE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  HAYDARİ  FINDIKLI KEŞKÜL  *CAL: 1395 kcal* |
| **17**  KR. SEBZE ÇORBASI  RÖŞTİ  MEVSİM SALATA  LOR TATLISI  *CAL: 1390 kcaL* | **18**  Y. MERCİMEK  PEY. ERİŞTE  YOĞ. PATLICAN EZME  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* | **19**  GULAŞ ÇORBASI  YOĞURTLU ISPANAK  SU BÖREĞİ  CEV. BAKLAVA  *CAL: 1420 kcal* | **20**  MAHLUTA ÇORBASI  İMAM BAYILDI  NAP. SOSLU MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1360 kcal* | **21**  TARHANA ÇORBASI  Z.Y. BAMYA  TER. PİRİNÇ PİLAVI  KURU CACIK  *CAL: 1420 kcal* | **22**  YAYLA ÇORBASI  PÜR. SEBZE SOTE  MAKARNA  KIŞ SALATASI  *CAL: 1395 kcal* | **23**  Z.Y NOHUT  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  KALBURABASTI  *CAL: 1395 kcal* |
| **24**  KABAK SANDAL  SU BÖREĞİ  MEVSİM SALATA  MEYVE  *CAL: 1390 kcaL* | **25**  GULAŞ ÇORBASI  SEBZE GRATEN  ARPA ŞEH. PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1287 kcal* | **26**  ZY. KURU FASÜLYE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  KARIŞIK TURŞU  SARAY BURMA  *CAL: 1286 kcal* | **27**  KR. SEBZE ÇORBA  FELLAH KÖFTE  ÇOBAN SALATA  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* | **28**  EZOGELİN ÇORBASI  MELANZENE  TER. PİRİNÇ PİLAVI  MUZLU MAGNOLYA  *CAL: 1287 kcal* | **29**  ZY. BEZELYE  TER. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  HAŞHAŞLI ÇATALBASTI  *CAL: 1390 kcaL* | **30**  ANADOLU ÇORBASI  GAR.KAŞARLI PATATES  MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1390 kcaL* |

***\*****Yukarıda belirtilen 1 öğünlük toplam kalori değerlerine, 50 gr ekmeğin değeri olan 160 kalori ilave edilmiştir.* ***\**** *1 öğünün ortalama kalori değeri 1480 kcal‘dir.*