

 **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. MERCİMEKPEY. ERİŞTEKURU CACIKSARAY BURMA*CAL: 1330 kcal* | **02**EZOGELİN ÇORBASIZ.Y. BAMYAMAKARNAAYRAN *CAL: 1395 kcal*  |
| **03**ŞAFAK ÇORBASIP. ÜSTÜ BARBUNYAMEVSİM SALATAAYRAN*CAL: 1385 kcal* | **04**Z.Y. NOHUTKÖR. BULGUR PİLAVIYOĞURTSUPANGLE*CAL: 1286 kcal* | **05** DOMATES ÇORBASIFELLAH KÖFTEBÖRÜLCE PİYAZIMEYVE*CAL: 1420 kcal*  | **06**KARIŞIK MUSAKKAŞEH. PİRİNÇ PİLAVIKURU CACIKTAHİNLİ KEMALPAŞA*CAL: 1385 kcal*  | **07**MERCİMEK ÇORBASISEBZE KAVURMADOM. SOSLU MAKARNAYOĞURTLU GİRİT KABAK*CAL: 1395 kcal* | **08**TARHANA ÇORBASIMELANZENEBULGUR PİLAVIHAYDARİ*CAL: 1287 kcal* | **09**SULU PATATESPEY. MAKARNACACIKŞEKERPARE*CAL: 1287 kcal* |
| **10**KURU FASULYEBULGUR PİLAVIYOĞURTLOR TATLISI*CAL: 1390 kcaL*  | **11**MERCİMEK ÇORBASIGAR. FALAFELFES. SOSLU MAKARNAKURU CACIK*CAL: 1390 kcaL* | **12**TARHANA ÇORBASIRÖŞTİPEY. ERİŞTEAYRAN*CAL: 1340 kcal*  | **13**ŞAFAK ÇORBASIP. ÜSTÜ BARBUNYAMEVSİM SALATATİRAMİSU*CAL: 1385 kcal*  | **14**DOMATES ÇORBASIY. SOS. KAR. KIZARTMASU BÖREĞİMEYVE*CAL: 1395 kcal* | **15**KR. MANTAR ÇORBASIİMAM BAYILDIPEY. MAKARNAYOĞURT*CAL: 1395 kcal*  | **16**Z.Y. BEZELYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIHAYDARİFINDIKLI KEŞKÜL*CAL: 1395 kcal*  |
| **17**KR. SEBZE ÇORBASIRÖŞTİMEVSİM SALATALOR TATLISI*CAL: 1390 kcaL* | **18**Y. MERCİMEKPEY. ERİŞTEYOĞ. PATLICAN EZMEMEYVE*CAL: 1287 kcal* | **19**GULAŞ ÇORBASIYOĞURTLU ISPANAKSU BÖREĞİCEV. BAKLAVA*CAL: 1420 kcal* | **20**MAHLUTA ÇORBASIİMAM BAYILDINAP. SOSLU MAKARNAAYRAN *CAL: 1360 kcal* | **21**TARHANA ÇORBASIZ.Y. BAMYATER. PİRİNÇ PİLAVIKURU CACIK*CAL: 1420 kcal* | **22**YAYLA ÇORBASIPÜR. SEBZE SOTEMAKARNAKIŞ SALATASI*CAL: 1395 kcal*  | **23**Z.Y NOHUTBULGUR PİLAVIYOĞURTKALBURABASTI*CAL: 1395 kcal*  |
| **24**KABAK SANDALSU BÖREĞİMEVSİM SALATAMEYVE*CAL: 1390 kcaL* | **25**GULAŞ ÇORBASISEBZE GRATENARPA ŞEH. PİLAVIYOĞURT*CAL: 1287 kcal* | **26**ZY. KURU FASÜLYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIKARIŞIK TURŞUSARAY BURMA*CAL: 1286 kcal* | **27**KR. SEBZE ÇORBAFELLAH KÖFTEÇOBAN SALATAMEYVE*CAL: 1287 kcal* | **28**EZOGELİN ÇORBASIMELANZENETER. PİRİNÇ PİLAVIMUZLU MAGNOLYA*CAL: 1287 kcal* | **29**ZY. BEZELYETER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTHAŞHAŞLI ÇATALBASTI*CAL: 1390 kcaL* | **30**ANADOLU ÇORBASIGAR.KAŞARLI PATATESMAKARNAAYRAN*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.*