

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

 **2025 YILI KASIM AYI ÖĞLE YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  |  | **01**KR. DOMATES ÇORBAETLİ MANTIŞAKŞUKAKEKLİ SUPANGLE *CAL: 1395 kcal* | **02**ORMAN KEBABIŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1287 kcal* |
| **03**KURU FASULYEDOM. BULGUR PİLAVIYOĞURTŞAMBALİ*CAL: 1321 kcal* | **04**GULAŞ ÇORBAYOĞ. ISPANAKKALEM BÖREĞİMEYVE*CAL:1304 kcal* | **05**MERCİMEK ÇORBASIİSKENDER DÖNERMEVSİM SALATAREVANİ*CAL: 1321 kcal* | **06**MAHLUTA ÇORBAGAR. FIR. SPECİAL BUTPEYNİRLİ ERİŞTEAYRAN*CAL:1304 kcal* | **07**BROKOLİ ÇORBASIPÜRELİ MİSKET KÖFTETER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1321 kcal*  | **08**Z.Y. BAMYAŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTKALBURABASTI*CAL: 1360* | **09**KR. SEBZE ÇORBAFIRINDA ET GÜVEÇBULGUR PİLAVIPEMBE SULTAN*CAL: 1286 kcal*  |
| **10**ŞEHRİYE ÇORBAP. ÜSTÜ ET SOTEKIŞ SALATASIAYRAN*CAL: 1360* | **11**YAYLA ÇORBASIKÖRİLİ PİLİÇDOM. BULGUR PİLAVIMEYVE*CAL:1304 kcal* | **12**Z.Y. TAZE FASULYETER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTTULUMBA TATLISI*CAL: 1321 kcal* | **13**YAYLA ÇORBAPÜRELİ DALYAN KÖFTENAP. SOSLU MAKARNAAYRAN*CAL: 1425 kcal* | **14**YAZ NOHUDUKÖYLÜ PİLAVIYOĞURTKEKLİ SUPANGLE*CAL: 1287 kcal* | **15**MERCİMEK ÇORBASIGAR. KARIŞIK PİZZATAVA PATATESAYRAN*CAL: 1420 kcal* | **16**MEVSİM TÜRLÜBULGUR PİLAVIYOĞURTŞEKERPARE*CAL: 1287 kcal* |
| **17**DOMATES ÇORBASIETLİ MANTIBÖRÜLCE PİYAZIŞÖBİYET*CAL: 1360* | **18**TARHANA ÇORBASISEBZE GRATENSOSLU MAKARNAYOĞURT*CAL: 1287 kcal* | **19**MERCİMEK ÇORBASIİZMİR KÖFTETER. PİRİNÇ PİLAVIMEVSİM SALATA*CAL: 1390 kcal* | **20**SOĞAN ÇORBASIGAR. ÇITIR PİLİÇFES. SOSLU MAKARNACEVİZLİ BROWNİ*CAL:1304 kcal* | **21**KR. SEBZE ÇORBAPAPAZ YAHNİBULGUR PİLAVIYOĞURT*CAL: 1347 kcal* | **22**Z.Y. TAZE FASULYETER. PİRİNÇ PİLAVIKURU CACIKPEYNİR TATLISI*CAL: 1321 kcal* | **23**DOMATES ÇORBASIGAR. KARIŞIK PİZZATAVA PATATES AYRAN*CAL: 1427 kcal* |
| **24**ETLİ BEZELYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTİRMİK HELVASI*CAL: 1360* | **25**BUĞDAY ÇORBASIGAR. PİLİÇ KÜLBASTIPEY. MAKARNAMEYVE *CAL: 1395 kcal* | **26**EZOGELİN ÇORBASIFIR.SEBZELİ KÖFTEBULGUR PİLAVIYOĞURT*CAL: 1321 kcal* | **27**MERCİMEK ÇORBASIBALIK TAVAYEŞİL SALATATAHİN HELVA*CAL: 1287 kcal* | **28**ZY. BARBUNYADOM. BULGUR PİLAVIYOĞURTREVANİ*CAL: 1287 kcal* | **29**DOMATES ÇORBASIETLİ MANTIBÖRÜLCE PİYAZIMEYVE *CAL: 1395 kcal* | **30**ÇİFTLİK KEBABIBULGUR PİLAVIYOĞURTŞEKERPARE*CAL: 1287 kcal* |

***\*****Yukarıda belirtilen 1 öğünlük toplam kalori değerlerine, 50 gr ekmeğin değeri olan 160 kaloriilave edilmiştir.* ***\**** *1 öğünün ortalama kalori değeri 1461 kcal‘dir.*