

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2025 YILI AĞUSTOS AYI AKŞAM GLUTENSİZ YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ***  ***(MONDAY)*** | ***SALI***  ***(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA***  ***(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE***  ***(THURSDAY)*** | ***CUMA***  ***(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ***  ***(SATURDAY)*** | ***PAZAR***  ***(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  | **01**  ETLİ NOHUT  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  CEVİZLİ BAKLAVA  *CAL: 1480 kcal* | **02**  GULAŞ ÇORBASI  Y. SOS. KAR. KIZARTMA  PİRİNÇ PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1395 kcal* | **03**  DOMATES ÇORBASI  SEBZE SOTE  TAVA PATATES  AYRAN  *CAL: 1287 kcal* |
| **04**  Z.Y TAZE FASULYE  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1430 kcal* | **05**  MERCİMEK ÇORBASI  ALİNAZİK KEBABI  PİRİNÇ PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1286 kcal* | **06**  MEVSİM TÜRLÜ  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1286 kcal* | **07**  YAYLA ÇORBASI  PİLİÇ ÇARDAK KEBABI  PİRİNÇ PİLAVI  ÇOBAN SALATA  *CAL: 1395 kcal* | **08**  PATLICAN MUSAKKA  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1385 kcal* | **09**  KIYMALI Y. MERCİMEK  PİRİNÇ PİLAVI  KURU CACIK  MEYVE  *CAL: 1330 kcal* | **10**  EZOGELİN ÇORBASI  KIYMALI PATATES  PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1395 kcal* |
| **11**  DOMATES ÇORBASI  P. ÜSTÜ BEZELYE  ÇOBAN SALATA  AYRAN  *CAL: 1385 kcal* | **12**  Z.Y. NOHUT  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1286 kcal* | **13**  DOMATES ÇORBASI  PİLİÇ IZGARA  ŞAKŞUKA  MEYVE  *CAL: 1420 kcal* | **14**  PATLICAN MUSAKKA  PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  MEYVE  *CAL: 1385 kcal* | **15**  EZOGELİN ÇORBASI  PİLİÇ KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1395 kcal* | **16**  DOMATES ÇORBASI  KIYMA KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  KURU CACIK  *CAL: 1287 kcal* | **17**  ETLİ PATATES  PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* |
| **18**  KURU FASULYE  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1390 kcaL* | **19**  MERCİMEK ÇORBASI  KIYMA KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURTLU EZME  *CAL: 1390 kcaL* | **20**  DOMATES ÇORBASI  GAR. SPECİAL BUT  PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1340 kcal* | **21**  ŞAFAK ÇORBASI  P. ÜSTÜ ET KAVURMA  MEVSİM SALATA  MEYVE  *CAL: 1385 kcal* | **22**  GULAŞ ÇORBASI  Y. SOS. KAR. KIZARTMA  PİRİNÇ PİLAVI  KARPUZ  *CAL: 1395 kcal* | **23**  MANTAR ÇORBASI  ORMAN KEBABI  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1395 kcal* | **24**  ETLİ BEZELYE  PİRİNÇ PİLAVI  KURU CACIK  MEYVE  *CAL: 1395 kcal* |
| **25**  MERCİMEK ÇORBASI  ET KAVURMA  ÇOBAN SALATA  SUPANGLE  *CAL: 1390 kcaL* | **26**  KIYMALI Y. MERCİMEK  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURTLU SEMİZOTU  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* | **27**  TAVUK SUYU ÇORBASI  YOĞURTLU Z.Y. DOLMA  MEVSİM SALATA  MEYVE  *CAL: 1420 kcal* | **28**  KIYMA KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  MEVSİM SALATA  AYRAN  *CAL: 1360 kcal* | **29**  PİLİÇ SOTE  PİRİNÇ PİLAVI  MEVSİM SALATA  KURU CACIK  *CAL: 1420 kcal* | **30**  **RESMİ TATİL** | **31**  ETLİ BEZELYE  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1385 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.*