

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2025 YILI AĞUSTOS AYI GLUTENSİZ YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  | **01**KIYMA KAVURMAPİRİNÇ PİLAVIÇOBAN SALATAKARPUZ*CAL: 1390 kcal* | **02**DOMATES ÇORBASIPİLİÇ IZGARAPİRİNÇ PİLAVIKURU CACIK*CAL: 1295 kcal* | **03**ETLİ PATATESPİRİNÇ PİLAVICACIKMEYVE*CAL: 1390 kcal* |
| **04**ANADOLU ÇORBASIFIR. SEBZELİ ETLİ GÜVEÇPİRİNÇ PİLAVICACIK*CAL:1490 kcal* | **05**Z.Y. NOHUTPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL:1304 kcal* | **06**YAYLA ÇORBASIGAR. ÇITIR PİLİÇPİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1385 kcal*  | **07**DOMATES ÇORBASIYOĞ. Z.Y. DOLMAMEVSİM SALATAMEYVE*CAL: 1425 kcal* | **08**KIYMA KAVURMAPİRİNÇ PİLAVIKURU CACIKMEYVE *CAL: 1385 kcal* | **09**DOMATES ÇORBASIPİLİÇ IZGARAZ.Y TAZE BÖRÜLCEMEYVE*CAL: 1395 kcal* | **10**ORMAN KEBABIPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1287 kcal* |
| **11**KURU FASULYEPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1321 kcal* | **12**TAVUKSUYU ÇORBAYOĞ. KARIŞIK KIZARTMAPİRİNÇ PİLAVIKARPUZ*CAL:1304 kcal* | **13**DOMATES ÇORBASIP.ÜSTÜ ET KAVURMAMEVSİM SALATAMEYVE*CAL: 1321 kcal* | **14**YAYLA ÇORBASIGAR. FIR. SPECİAL BUTPİRİNÇ PİLAVIÇOBAN SALATA*CAL:1304 kcal* | **15**KIYMA KAVURMAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1321 kcal*  | **16**Z.Y. BAMYAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1360* | **17**ÇİFTLİK KEBABIPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTLU PATLICANMEYVE *CAL: 1286 kcal*  |
| **18**MERCİMEK ÇORBASIP. ÜSTÜ ET KAVURMAMEVSİM SALATAAYRAN*CAL: 1360* | **19**YAYLA ÇORBASIKÖRİLİ PİLİÇPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL:1304 kcal* | **20**Z.Y. TAZE FASULYEPİRİNÇ PİLAVIYOĞUR. CEVİZLİ KABAKMEYVE*CAL: 1321 kcal* | **21**SEBZE ÇORBASIKIYMA KAVURMAPİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1425 kcal* | **22**YAZ NOHUDUPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1287 kcal* | **23**MERCİMEK ÇORBASISEBZE SOTETAVA PATATESAYRAN*CAL: 1420 kcal* | **24**MEVSİM TÜRLÜPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1287 kcal* |
| **25**DOMATES ÇORBASIPİLİÇ IZGARABÖRÜLCE PİYAZIMEYVE*CAL: 1360* | **26**DOMATES ÇORBASIZ.Y. KABAKPİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1287 kcal* | **27**MERCİMEK ÇORBASIKAĞIT KEBABIPİRİNÇ PİLAVIÇOBAN SALATA*CAL: 1390 kcal* | **28**YAYLA ÇORBASIGAR. ÇITIR PİLİÇPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL:1304 kcal* | **29**SEBZE ÇORBASIKIYMA KAVURMAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1347 kcal* | **30****RESMİ TATİL** | **31**DOMATES ÇORBASISEBZE SOTETAVA PATATES AYRAN*CAL: 1427 kcal* |

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