

**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 KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  ÇOBAN SALATA  KARPUZ  *CAL: 1390 kcal* | **02**  DOMATES ÇORBASI  PİLİÇ IZGARA  PİRİNÇ PİLAVI  KURU CACIK  *CAL: 1295 kcal* | **03**  ETLİ PATATES  PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  MEYVE  *CAL: 1390 kcal* |
| **04**  ANADOLU ÇORBASI  FIR. SEBZELİ ETLİ GÜVEÇ  PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  *CAL:1490 kcal* | **05**  Z.Y. NOHUT  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL:1304 kcal* | **06**  YAYLA ÇORBASI  GAR. ÇITIR PİLİÇ  PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1385 kcal* | **07**  DOMATES ÇORBASI  YOĞ. Z.Y. DOLMA  MEVSİM SALATA  MEYVE  *CAL: 1425 kcal* | **08**  KIYMA KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  KURU CACIK  MEYVE  *CAL: 1385 kcal* | **09**  DOMATES ÇORBASI  PİLİÇ IZGARA  Z.Y TAZE BÖRÜLCE  MEYVE  *CAL: 1395 kcal* | **10**  ORMAN KEBABI  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* |
| **11**  KURU FASULYE  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1321 kcal* | **12**  TAVUKSUYU ÇORBA  YOĞ. KARIŞIK KIZARTMA  PİRİNÇ PİLAVI  KARPUZ  *CAL:1304 kcal* | **13**  DOMATES ÇORBASI  P.ÜSTÜ ET KAVURMA  MEVSİM SALATA  MEYVE  *CAL: 1321 kcal* | **14**  YAYLA ÇORBASI  GAR. FIR. SPECİAL BUT  PİRİNÇ PİLAVI  ÇOBAN SALATA  *CAL:1304 kcal* | **15**  KIYMA KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1321 kcal* | **16**  Z.Y. BAMYA  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1360* | **17**  ÇİFTLİK KEBABI  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURTLU PATLICAN  MEYVE  *CAL: 1286 kcal* |
| **18**  MERCİMEK ÇORBASI  P. ÜSTÜ ET KAVURMA  MEVSİM SALATA  AYRAN  *CAL: 1360* | **19**  YAYLA ÇORBASI  KÖRİLİ PİLİÇ  PİRİNÇ PİLAVI  MEYVE  *CAL:1304 kcal* | **20**  Z.Y. TAZE FASULYE  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞUR. CEVİZLİ KABAK  MEYVE  *CAL: 1321 kcal* | **21**  SEBZE ÇORBASI  KIYMA KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1425 kcal* | **22**  YAZ NOHUDU  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* | **23**  MERCİMEK ÇORBASI  SEBZE SOTE  TAVA PATATES  AYRAN  *CAL: 1420 kcal* | **24**  MEVSİM TÜRLÜ  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* |
| **25**  DOMATES ÇORBASI  PİLİÇ IZGARA  BÖRÜLCE PİYAZI  MEYVE  *CAL: 1360* | **26**  DOMATES ÇORBASI  Z.Y. KABAK  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1287 kcal* | **27**  MERCİMEK ÇORBASI  KAĞIT KEBABI  PİRİNÇ PİLAVI  ÇOBAN SALATA  *CAL: 1390 kcal* | **28**  YAYLA ÇORBASI  GAR. ÇITIR PİLİÇ  PİRİNÇ PİLAVI  MEYVE  *CAL:1304 kcal* | **29**  SEBZE ÇORBASI  KIYMA KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1347 kcal* | **30**  **RESMİ TATİL** | **31**  DOMATES ÇORBASI  SEBZE SOTE  TAVA 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.*