

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2024 YILI EKİM AYI AKŞAM YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  | **01**KR. SEBZE ÇORBAKÜRDAN KÖFTETER. PİRİNÇ PİLAVIKURU CACIK*CAL: 1367 kcal* | **02**MAHLUTA ÇORBAPÜR. ET SOTEPEY. ERİŞTEMEYVE*CAL: 1412 kcal* | **03**EZOGELİN ÇORBASIPİLİÇ TANTUNİSEB. BULGUR PİLAVIAYRAN*CAL: 1349 kcal* | **04**ZY. TAZE FASULYETER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTSUPANGLE*CAL: 1480 kcal* | **05**BUĞDAY ÇORBASIÇİFTLİK KEBABIMAKARNAMEYVE*CAL: 1304 kcal* | **06**ŞEHRİYE ÇORBASIPÜR. MİSKET KÖFTEBULGUR PİLAVIAYRAN*CAL: 1343 kcal* |
| **07**HAVUÇLU BEZELYEPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTTULUMBA TATLISI*CAL: 1390 kcal* | **08**YAYLA ÇORBASIDİYARBAKIR GÜVECİERİŞTEÇOBAN SALATA*CAL: 1360 kcal* | **09**EKŞİLİ KÖFTESU BÖREĞİMEVSİM SALATAMEYVE*CAL: 1439 kcal* | **10**EZOGELİN ÇORBASIGAR. FIR. PİLİÇ BAGETNAP. SOSLU MAKARNAAYRAN*CAL: 1443 kcal* | **11**FIRINDA SEBZE GÜVEÇGÖKKUŞAĞI PİLAVIYOĞURTSICAK AŞURE*CAL: 1443 kcal* | **12**DÜĞÜN ÇORBASIY. SOS KAR. KIZARTMAKALEM BÖREĞİPROFİTEROL*CAL: 1325 kcal* | **13**DOMATES ÇORBASIGAR. KARIŞIK PİZZATAVA PATATESAYRAN*CAL: 1280 kcal* |
| **14**TARHANA ÇORBASIP.ÜSTÜ ET KAVURMAÇOBAN SALATAAYRAN*CAL: 1390 kcal* | **15**YAYLA ÇORBASIGAR. ÇITIR PİLİÇNAP. SOSLU MAKARNAÇOBAN SALATA*CAL: 1420 kcal* | **16**KIYMALI BEZELYEPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTŞÖBİYET*CAL: 1340 kcal* | **17**MERCİMEK ÇORBASIPÜR. KASAP KÖFTEDOM. BULGUR PİLAVIYOĞURT*CAL: 1420 kcal* | **18**DÜĞÜN ÇORBASIY. SOS KAR. KIZARTMAKALEM BÖREĞİSÜTLAÇ*CAL: 1325 kcal* | **19**ETLİ NOHUTŞEH. PİRİNÇ PİLAVIKARIŞIK TURŞUYOĞURT*CAL: 1330 kcal* | **20**YOĞURT ÇORBASIFIRIN GÜVEÇBULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1290 kcal* |
| **21**KURU FASULYEBULGUR PİLAVIYOĞURTSARAY BURMA*CAL: 1430 kcal* | **22**KR. SEBZE ÇORBAFIRINDA KÖFTE PATATESŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTLU EZME*CAL: 1367 kcal* | **23**MERCİMEK ÇORBASIPÜR. ÇOBAN KAVURMAERİŞTEMEYVE*CAL: 1412 kcal* | **24**ŞAFAK ÇORBASIFIR. GAR. PİLİÇ KÜLBASTIKÖRİLİ BULGUR PİLAVIAYRAN*CAL: 1349 kcal* | **25**ZY. TAZE FASULYETER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTSAKIZLI MUHALLEBİ*CAL: 1480 kcal* | **26**KÖYLÜ ÇORBABAHÇEVAN KEBABIMAKARNAMEYVE*CAL: 1304 kcal* | **27**EZOGELİN ÇORBAPÜR. MİSKET KÖFTEBULGUR PİLAVIAYRAN*CAL: 1596 kcal* |
| **28****RESMİ TATİL** | **29****RESMİ TATİL** | **30**TARHANA ÇORBASIETLİ MANTIBÖRÜLCE PİYAZIMEYVE*CAL: 1339 kcal* | **31**DOMATES ÇORBASIGAR. ÇITIR PİLİÇMAKARNAAYRAN*CAL: 1420 kcal* |  |  |  |

***\*****Yukarıda belirtilen 1 öğünlük toplam kalori değerlerine, 50 gr ekmeğin değeri olan 160 kalori ilave edilmiştir.* ***\**** *1 öğünün ortalama kalori değeri 1446 kcal‘dir.*