

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

 **2025 YILI EKİM AYI ÖĞLE YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  | **01**YAYLA ÇORBASIGAR. PİLİÇ KÜLBASTINAP. SOS. MAKARNAAYRAN*CAL: 1385 kcal*  | **02**ŞEHRİYE ÇORBASIZ.Y. ISPANAKSU BÖREĞİSUPANGLE*CAL: 1425 kcal* | **03**MERCİMEK ÇORBASIPÜR. HASANPAŞA KÖFTEBULGUR PİLAVIKURU CACIK*CAL: 1385 kcal* | **04**DOMATES ÇORBASIETLİ MANTIZ.Y. TAZE BÖRÜLCECEVİZLİ BROWNİE *CAL: 1395 kcal* | **05**ÇİFTLİK KEBABIPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1287 kcal* |
| **06**KURU FASULYESEB. BULGUR PİLAVIYOĞURTSARAY BURMA*CAL: 1321 kcal* | **07**DÜĞÜN ÇORBAYOĞ. KARIŞIK KIZARTMAKALEM BÖREĞİMEYVE*CAL:1304 kcal* | **08**MERCİMEK ÇORBASIİSKENDER DÖNERMEVSİM SALATAREVANİ*CAL: 1321 kcal* | **09**EZOGELİN ÇORBASIGAR. FIR. SPECİAL BUTPEYNİRLİ ERİŞTEAYRAN*CAL:1304 kcal* | **10**ŞAFAK ÇORBASIPÜRELİ MİSKET KÖFTETER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1321 kcal*  | **11**Z.Y. BAMYAŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTKALBURABASTI*CAL: 1360* | **12**KR. SEBZE ÇORBASIFIRINDA ET GÜVEÇBULGUR PİLAVIYOĞURTLU EZME*CAL: 1286 kcal*  |
| **13**ŞEHRİYE ÇORBASIP. ÜSTÜ ET KAVURMAMEVSİM SALATAAYRAN*CAL: 1360* | **14**YAYLA ÇORBASIKÖRİLİ PİLİÇDOM. BULGUR PİLAVIMEYVE*CAL:1304 kcal* | **15**Z.Y. TAZE FASULYETER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTTULUMBA TATLISI*CAL: 1321 kcal* | **16**KR. SEBZE ÇORBASIPÜRELİ DALYAN KÖFTENAP. SOSLU MAKARNAAYRAN*CAL: 1425 kcal* | **17**YAZ NOHUDUKÖYLÜ PİLAVIYOĞURTKEKLİ SUPANGLE*CAL: 1287 kcal* | **18**MERCİMEK ÇORBASIGAR. KARIŞIK PİZZATAVA PATATESAYRAN*CAL: 1420 kcal* | **19**MEVSİM TÜRLÜBULGUR PİLAVIYOĞURTŞEKERPARE*CAL: 1287 kcal* |
| **20**DOMATES ÇORBASIETLİ MANTIBÖRÜLCE PİYAZICEVİZLİ BROWNİE*CAL: 1360* | **21**TARHANA ÇORBASISEBZE GRATENKIYMALI MAKARNAYOĞURT*CAL: 1287 kcal* | **22**MERCİMEK ÇORBASIFIR. KÖFTE PATATESTER. PİRİNÇ PİLAVIMEVSİM SALATA*CAL: 1390 kcal* | **23**YAYLA ÇORBASIGAR. ÇITIR PİLİÇFES. SOSLU MAKARNAŞÖBİYET*CAL:1304 kcal* | **24**KR. SEBZE ÇORBASIPAPAZ YAHNİBULGUR PİLAVIYOĞURT*CAL: 1347 kcal* | **25**Z.Y. TAZE FASULYETER. PİRİNÇ PİLAVIKURU CACIKTAH. KEMALPAŞA TATLISI*CAL: 1321 kcal* | **26**DOMATES ÇORBASIGAR. KARIŞIK PİZZATAVA PATATES AYRAN*CAL: 1427 kcal* |
| **27**ETLİ BEZELYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTİRMİK HELVASI*CAL: 1360* | **28****RESMİ TATİL** | **29****RESMİ TATİL** | **30**ANADOLU ÇORBASIFIR. SEBZELİ ETLİ GÜVEÇŞEH. PİRİNÇ PİLAVICACIK*CAL: 1287 kcal* | **31**Z.Y. NOHUTDOM. BULGUR PİLAVIYOĞURTSOĞUK BAKLAVA*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.*