

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2025 YILI EKİM AYI ÖĞLE VEJETERYAN YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ***  ***(MONDAY)*** | ***SALI***  ***(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA***  ***(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE***  ***(THURSDAY)*** | ***CUMA***  ***(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ***  ***(SATURDAY)*** | ***PAZAR***  ***(SUNDAY)*** |
|  |  | **01**  YAYLA ÇORBASI  Z.Y. BAMYA  NAP. SOS. MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1385 kcal* | **02**  ŞEHRİYE ÇORBASI  Z.Y. ISPANAK  SU BÖREĞİ  SUPANGLE  *CAL: 1425 kcal* | **03**  MERCİMEK ÇORBASI  SULU PATATES  BULGUR PİLAVI  KURU CACIK  *CAL: 1385 kcal* | **04**  DOMATES ÇORBASI  FELLAH KÖFTE  Z.Y. TAZE BÖRÜLCE  CEVİZLİ BROWNİE  *CAL: 1395 kcal* | **05**  SEBZE KAVURMA  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* |
| **06**  KURU FASULYE  SEB. BULGUR PİLAVI  YOĞURT  SARAY BURMA  *CAL: 1321 kcal* | **07**  YOĞURT ÇORBA  YOĞ. KARIŞIK KIZARTMA  KALEM BÖREĞİ  MEYVE  *CAL:1304 kcal* | **08**  MERCİMEK ÇORBASI  P. ÜSTÜ NOHUT  MEVSİM SALATA  REVANİ  *CAL: 1321 kcal* | **09**  EZOGELİN ÇORBASI  RÖŞTİ  PEYNİRLİ ERİŞTE  AYRAN  *CAL:1304 kcal* | **10**  ŞAFAK ÇORBASI  KAPYA DOLMASI  TER. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1321 kcal* | **11**  Z.Y. BAMYA  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  KALBURABASTI  *CAL: 1360* | **12**  KR. SEBZE ÇORBASI  FIRINDA SEBZE GÜVEÇ  BULGUR PİLAVI  YOĞURTLU EZME  *CAL: 1286 kcal* |
| **13**  ŞEHRİYE ÇORBASI  P. ÜSTÜ NOHUT  MEVSİM SALATA  AYRAN  *CAL: 1360* | **14**  YAYLA ÇORBASI  SEBZE KARRİ  DOM. BULGUR PİLAVI  MEYVE  *CAL:1304 kcal* | **15**  Z.Y. TAZE FASULYE  TER. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  TULUMBA TATLISI  *CAL: 1321 kcal* | **16**  KR. SEBZE ÇORBASI  MELANZENE  NAP. SOSLU MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1425 kcal* | **17**  YAZ NOHUDU  KÖYLÜ PİLAVI  YOĞURT  KEKLİ SUPANGLE  *CAL: 1287 kcal* | **18**  MERCİMEK ÇORBASI  GAR. SEBZELİ PİZZA  TAVA PATATES  AYRAN  *CAL: 1420 kcal* | **19**  MEVSİM TÜRLÜ  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  ŞEKERPARE  *CAL: 1287 kcal* |
| **20**  DOMATES ÇORBASI  FELLAH KÖFTE  BÖRÜLCE PİYAZI  CEVİZLİ BROWNİE  *CAL: 1360* | **21**  TARHANA ÇORBASI  SEBZE GRATEN  MAKARNA  YOĞURT  *CAL: 1287 kcal* | **22**  MERCİMEK ÇORBASI  Z.Y.BAMYA  TER. PİRİNÇ PİLAVI  MEVSİM SALATA  *CAL: 1390 kcal* | **23**  YAYLA ÇORBASI  RÖŞTİ  FES. SOSLU MAKARNA  ŞÖBİYET  *CAL:1304 kcal* | **24**  KR. SEBZE ÇORBASI  SULU PATATES  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1347 kcal* | **25**  Z.Y. TAZE FASULYE  TER. PİRİNÇ PİLAVI  KURU CACIK  TAH. KEMALPAŞA TATLISI  *CAL: 1321 kcal* | **26**  DOMATES ÇORBASI  GAR. SEBZELİ PİZZA  TAVA PATATES  AYRAN  *CAL: 1427 kcal* |
| **27**  Z.Y. BEZELYE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  İRMİK HELVASI  *CAL: 1360* | **28**  **RESMİ TATİL** | **29**  **RESMİ TATİL** | **30**  ANADOLU ÇORBASI  FIR. SEBZELİ GÜVEÇ  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  *CAL: 1287 kcal* | **31**  Z.Y. NOHUT  DOM. BULGUR PİLAVI  YOĞURT  SOĞUK 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.*