

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2022 YILI EYLÜL AYI AKŞAM YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ***  ***(MONDAY)*** | ***SALI***  ***(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA***  ***(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE***  ***(THURSDAY)*** | ***CUMA***  ***(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ***  ***(SATURDAY)*** | ***PAZAR***  ***(SUNDAY)*** |
|  |  |  | **01**  DOMATES ÇORBASI  ETLİ MANTI  ŞAKŞUKA  KALBURABASTI  *CAL: 1678 kcal* | **02**  TOYGA ÇORBASI  GARN. ÇITIR PİLİÇ  SOSLU MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1341 kcal* | **03**  MAHLUTA ÇORBASI  İZMİR KÖFTE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  KEŞKÜL  *CAL: 1420 kcal* | **04**  NOH. ŞEHRİYE ÇORBA  KIY. SEMİZOTU  PEY. BÖREK  TULUMBA TATLISI  *CAL: 1640 kcal* |
| **05**  MAHLUTA ÇORBA  ELBASAN TAVA  BULGUR PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1374 kcal* | **06**  GEM. USULÜ K. FASULYE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  ŞAMBALİ TATLISI  *CAL: 1642 kcal* | **07**  SEBZE ÇORBASI  KÖRİ SOSLU PİLİÇ  ERİŞTE  AYRAN  *CAL: 1339 kcal* | **08**  ŞEHRİYE ÇORBASI  PÜR. MİSKET KÖFTE  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1639 kcal* | **09**  GULAŞ ÇORBASI  YOĞ. KARIŞIK KIZARTMA  SOSLU MAKARNA  AŞURE  *CAL: 1533kcal* | **10**  KIY. YEŞİL MERCİMEK  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  ŞEKERPARE  *CAL: 1596 kcal* | **11**  ALACA ÇORBA  PAT. TAVUK ŞİNİTZEL  SEB. PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1304 kcal* |
| **12**  MERCİMEK ÇORBASI  SULU KÖFTE  SOSLU MAKARNA  MEYVE  *CAL: 1462 kcal* | **13**  YAYLA ÇORBASI  ARAP TAVA  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  SUPANGLE  *CAL: 1458kcal* | **14**  SEBZE ÇORBASI GAR.KÖYLÜM TAVUK.  BULGUR PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1393kcal* | **15**  DOMATES ÇORBASI  ETLİ MANTI  ŞAKŞUKA  REVANİ  *CAL: 1377 kcal* | **16**  TARHANA ÇORBASI  ALİNAZİK KEBABI  BULGUR PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1401 kcal* | **17**  EZOGELİN ÇORBASI  YOĞ. ISPANAK  PEY. BÖREK  CEVİZLİ BAKLAVA  *CAL: 1449 kcal* | **18**  TOYGA ÇORBA  ANKARA TAVA  Z.Y TAZE FASULYE  MEYVE  *CAL: 1458kcal* |
| **19**  YAYLA ÇORBA  ÇİFTLİK KEBABI  SOSLU MAKARNA  MEYVE  *CAL: 1500 kcal* | **20**  SOĞAN ÇORBASI  ÇITIR PİLİÇ  ERİŞTE  AYRAN  *CAL: 1350 kcal* | **21**  KIY. BEZELYE  BULGUR PİLAVI  BÖRÜLCE SALATA  CEV. BASMA KADAYIF  *CAL: 1310 kcal* | **22**  SEB. NOHUT  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  TAH. KEMALPAŞA TATLI  *CAL: 1560 kcal* | **23**  Z.Y BAMYA  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  ŞEKERPARE  YOĞURT  *CAL: 1360 kcal* | **24**  SEBZE ÇORBA  FIR. SEBZELİ KÖFTE  SEB. PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1304 kcal* | **25**  TARHANA ÇORBASI  KIY. PATATES OTURTMA  PEY. BÖREK  ŞEKERPARE  *CAL: 1443kcal* |
| **26**  KR. SEBZE ÇORBASI  SAHAN KÖFTE  FES. SOSLU MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1370 kcal* | **27**  MERCİMEK ÇORBA  GAR. PİLİÇ BAGET  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1450 kcal* | **28**  ETLİ MEVSİM TÜRLÜ  SOSLU MAKARNA  KALBURABASTI  MEYVE  *CAL: 1340 kcal* | **29**  KURU FASULYE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  KARIŞIK TURŞU  YOĞURT  *CAL: 1420 kcal* | **30**  YAYLA ÇORBASI  BAHÇEVAN KEBABI  MELEK PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1321 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.*