

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2022 YILI EYLÜL AYI ÖĞLE YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ***  ***(MONDAY)*** | ***SALI***  ***(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA***  ***(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE***  ***(THURSDAY)*** | ***CUMA***  ***(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ***  ***(SATURDAY)*** | ***PAZAR***  ***(SUNDAY)*** |
|  |  |  | **01**  SEBZE ÇORBASI  GARN. PİLİÇ KÜLBASTI  BULGUR PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1395 kcal* | **02**  Z.Y. BAMYA  PEY. ERİŞTE  YOĞURT  REVANİ  *CAL: 1268kcal* | **03**  SEB. NOHUT  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  CEV. BASMA KADAYIF  *CAL: 1385kcal* | **04**  YAYLA ÇORBASI  KAĞIT KEBABI  MELEK PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1321 kcal* |
| **05**  Z.Y BEZELYE  FES. SOSLU MAKARNA  YOĞURT  ŞEKERPARE  *CAL: 1684 kcal* | **06**  MERCİMEK ÇORBASI  KÜRDAN KÖFTE  BÖREK  MEYVE  *CAL: 1404kcal* | **07**  TOYGA ÇORBASI  FIRIN GÜVEÇ  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  SUPANGLE  *CAL: 1741 kcal* | **08**  MERCİMEK ÇORBASI  P. ÜSTÜ TAVUK DÖNER  MEVSİM SALATA  AYRAN  *CAL: 1390 kcal* | **09**  KÖYLÜ ÇORBASI  ÇÖKERTME KEBABI  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1590 kcal* | **10**  DOMATES ÇORBASI  GAR. KARIŞIK PİZZA  BÖRÜLCE SALATA  AYRAN  *CAL: 1314 kcal* | **11**  EZOGELİN ÇORBASI  ANKARA TAVA  Z.Y TAZE FASULYE  MEYVE  *CAL: 1516 kcal* |
| **12**  ETLİ NOHUT  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  TAH. KEMALPAŞA TATLI  *CAL: 1468 kcal* | **13**  EZOGELİN ÇORBASI  TAVUK FAJİTA  ERİŞTE  AYRAN  *CAL: 1420 kcal* | **14**  KÖYLÜ ÇORBASI  BAHÇEVAN KEBABI  SOSLU MAKARNA  MEYVE  *CAL: 1548 kcal* | **15**  MAHLUTA ÇORBA  PÜR. DALYAN KÖFTE  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1379 kcal* | **16**  GULAŞ ÇORBASI  YOĞ. KARIŞIK KIZARTMA  SOSLU MAKARNA  MUZLU PUDİNG  *CAL: 1582 kcal* | **17**  TARHANA ÇORBA  FIRINDA PİLİÇ  MELEK PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1345 kcal* | **18**  BİBER DOLMA  SOSLU MAKARNA  YOĞURT  REVANİ  *CAL: 1465 kcal* |
| **19**  KURU FASULYE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  CEVİZLİ BAKLAVA  *CAL: 1672kcal* | **20**  ŞEHRİYE ÇORBASI  KIY. MENGEN MUSAKKA  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  *CAL: 1218 kcal* | **21**  EZOGELİN ÇORBASI  P. ÜSTÜ ET DÖNER  MEVSİM SALATA  AYRAN  *CAL: 1284kcal* | **22**  MERCİMEK ÇORBASI  PİLİÇ GÜVEÇ  SOSLU MAKARNA  MEYVE  *CAL: 1596 kcal* | **23**  TARHANA ÇORBASI  ELBASAN TAVA  PEY. BÖREK  AYRAN  *CAL: 1369 kcal* | **24**  MERCİMEK ÇORBASI  YOĞ.KARNABAHAR KIZ.  SOSLU MAKARNA  TAH. KEMALPAŞA TATLI  *CAL: 1399 kcal* | **25**  KÖYLÜ ÇORBASI  BAHÇEVAN KEBABI  BULGUR PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1605kcal* |
| **26**  GEMİCİ ÇORBA  YOĞ. KIY. SEMİZOTU  PEY. BÖREK  SUPANGLE  *CAL: 1640 kcal* | **27**  DOMATES ÇORBA  ETLİ MANTI  ŞAKŞUKA  REVANİ  *CAL: 1587 kcal* | **28**  ALACA ÇORBA  PÜRELİ ET SOTE  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1587 kcal* | **29**  SEBZE ÇORBASI  GARN. KÖYLÜM TAVUK  SOSLU MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1395 kcal* | **30**  TARHANA ÇORBASI  SULU KÖFTE  ERİŞTE  SÜTLAÇ  *CAL: 1373kcal* |  |  |

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