

**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 ÇORBASIGARN. PİLİÇ KÜLBASTIBULGUR PİLAVIAYRAN *CAL: 1395 kcal* | **02**Z.Y. BAMYAPEY. ERİŞTE YOĞURT REVANİ*CAL: 1268kcal* | **03**SEB. NOHUTBULGUR PİLAVIYOĞURTCEV. BASMA KADAYIF*CAL: 1385kcal* | **04**YAYLA ÇORBASIKAĞIT KEBABIMELEK PİLAVIMEYVE*CAL: 1321 kcal* |
| **05**Z.Y BEZELYEFES. SOSLU MAKARNAYOĞURTŞEKERPARE*CAL: 1684 kcal* | **06**MERCİMEK ÇORBASIKÜRDAN KÖFTEBÖREKMEYVE *CAL: 1404kcal* | **07**TOYGA ÇORBASIFIRIN GÜVEÇŞEH. PİRİNÇ PİLAVISUPANGLE*CAL: 1741 kcal* | **08**MERCİMEK ÇORBASIP. ÜSTÜ TAVUK DÖNERMEVSİM SALATAAYRAN *CAL: 1390 kcal* | **09**KÖYLÜ ÇORBASIÇÖKERTME KEBABIŞEH. PİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1590 kcal* | **10**DOMATES ÇORBASIGAR. KARIŞIK PİZZABÖRÜLCE SALATAAYRAN *CAL: 1314 kcal* | **11**EZOGELİN ÇORBASIANKARA TAVAZ.Y TAZE FASULYEMEYVE *CAL: 1516 kcal* |
| **12**ETLİ NOHUTBULGUR PİLAVIYOĞURTTAH. KEMALPAŞA TATLI *CAL: 1468 kcal* | **13**EZOGELİN ÇORBASITAVUK FAJİTAERİŞTE AYRAN*CAL: 1420 kcal* | **14**KÖYLÜ ÇORBASIBAHÇEVAN KEBABISOSLU MAKARNAMEYVE *CAL: 1548 kcal* | **15**MAHLUTA ÇORBAPÜR. DALYAN KÖFTEBULGUR PİLAVIYOĞURT *CAL: 1379 kcal* | **16**GULAŞ ÇORBASIYOĞ. KARIŞIK KIZARTMASOSLU MAKARNAMUZLU PUDİNG *CAL: 1582 kcal* | **17**TARHANA ÇORBAFIRINDA PİLİÇMELEK PİLAVIAYRAN*CAL: 1345 kcal* | **18**BİBER DOLMASOSLU MAKARNAYOĞURTREVANİ *CAL: 1465 kcal* |
| **19**KURU FASULYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVICACIKCEVİZLİ BAKLAVA*CAL: 1672kcal* | **20**ŞEHRİYE ÇORBASIKIY. MENGEN MUSAKKAŞEH. PİRİNÇ PİLAVICACIK *CAL: 1218 kcal* | **21**EZOGELİN ÇORBASIP. ÜSTÜ ET DÖNERMEVSİM SALATAAYRAN*CAL: 1284kcal* | **22**MERCİMEK ÇORBASIPİLİÇ GÜVEÇSOSLU MAKARNAMEYVE *CAL: 1596 kcal* | **23**TARHANA ÇORBASIELBASAN TAVAPEY. BÖREKAYRAN *CAL: 1369 kcal* | **24**MERCİMEK ÇORBASIYOĞ.KARNABAHAR KIZ.SOSLU MAKARNATAH. KEMALPAŞA TATLI *CAL: 1399 kcal* | **25**KÖYLÜ ÇORBASIBAHÇEVAN KEBABIBULGUR PİLAVIMEYVE *CAL: 1605kcal* |
| **26**GEMİCİ ÇORBAYOĞ. KIY. SEMİZOTUPEY. BÖREKSUPANGLE *CAL: 1640 kcal* | **27**DOMATES ÇORBAETLİ MANTIŞAKŞUKAREVANİ  *CAL: 1587 kcal* | **28**ALACA ÇORBAPÜRELİ ET SOTEBULGUR PİLAVIYOĞURT  *CAL: 1587 kcal* | **29**SEBZE ÇORBASIGARN. KÖYLÜM TAVUKSOSLU MAKARNAAYRAN *CAL: 1395 kcal* | **30**TARHANA ÇORBASISULU KÖFTEERİŞTESÜTLAÇ *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.*