

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2022 YILI EYLÜL AYI VEJETERYAN ÖĞLE YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  |  | **01**SEBZE ÇORBASIKAŞARLI FIRIN PATATESBULGUR PİLAVIAYRAN *CAL: 1178 kcal* | **02**Z.Y. BAMYAPEY. ERİŞTE YOĞURT REVANİ*CAL: 1268kcal* | **03**SEB. NOHUTBULGUR PİLAVIYOĞURTCEV. BASMA KADAYIF*CAL: 1485kcal* | **04**YAYLA ÇORBASISEBZE SOTEMELEK PİLAVIMEYVE*CAL: 1118 kcal* |
| **05**Z.Y BEZELYEFES. SOSLU MAKARNAYOĞURTŞEKERPARE*CAL: 1684 kcal* | **06**MERCİMEK ÇORBASIKABAK MÜCVERBÖREKMEYVE *CAL: 1204 kcal* | **07**TOYGA ÇORBASISEBZE GÜVEÇŞEH. PİRİNÇ PİLAVISUPANGLE*CAL: 1403 kcal* | **08**MERCİMEK ÇORBASIP. ÜSTÜ TAVUK DÖNERMEVSİM SALATAAYRAN *CAL: 1321 kcal* | **09**KÖYLÜ ÇORBASISEBZE SOTEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1280 kcal* | **10**DOMATES ÇORBASIGAR. SEBZELİ PİZZABÖRÜLCE SALATAAYRAN *CAL: 1296 kcal* | **11**EZOGELİN ÇORBASIZ.Y TAZE FASULYEŞEHRİYE PİLAVIMEYVE *CAL: 1458 kcal* |
| **12**Z.Y NOHUTBULGUR PİLAVIYOĞURTTAH. KEMALPAŞA TATLI *CAL: 1468 kcal* | **13**EZOGELİN ÇORBASIZ.Y. TAZE BÖRÜLCEERİŞTE AYRAN*CAL: 1308 kcal* | **14**KÖYLÜ ÇORBASISEBZE SOTESOSLU MAKARNAMEYVE *CAL: 1328 kcal* | **15**MAHLUTA ÇORBAPATATES KÖFTEBULGUR PİLAVIYOĞURT *CAL: 1252 kcal* | **16**YAYLA ÇORBASIYOĞ. KARIŞIK KIZARTMASOSLU MAKARNAMUZLU PUDİNG *CAL: 1482 kcal* | **17**TARHANA ÇORBASISEBZE TAVAMELEK PİLAVIAYRAN*CAL: 1215 kcal* | **18**Z.Y. YEŞİL MERCİMEKSOSLU MAKARNAYOĞURTREVANİ *CAL: 1358 kcal* |
| **19**KURU FASULYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVICACIKCEVİZLİ BAKLAVA*CAL: 1672 kcal* | **20**EZOGELİN ÇORBASIP. ÜSTÜ NOHUTMEVSİM SALATAAYRAN*CAL: 1196 kcal* | **21**ŞEHRİYE ÇORBASIMENGEN MUSAKKAŞEH. PİRİNÇ PİLAVICACIK *CAL: 1158 kcal* | **22**MERCİMEK ÇORBASISEBZE GÜVEÇSOSLU MAKARNAMEYVE*CAL: 1296 kcal* | **23**TARHANA ÇORBASIKABAK MÜCVERPEY. BÖREKAYRAN *CAL: 1168 kcal* | **24**MERCİMEK ÇORBASIYOĞ. BİBER DOLMASOSLU MAKARNATAH. KEMALPAŞA TATLI *CAL: 1399 kcal* | **25**KÖYLÜ ÇORBASISEBZE SOTEBULGUR PİLAVIMEYVE *CAL: 1305 kcal* |
| **26**GEMİCİ ÇORBAYOĞ. SEMİZOTUPEY. BÖREKSUPANGLE *CAL: 1580 kcal* | **27**DOMATES ÇORBAKABAK ŞİLEŞAKŞUKAREVANİ*CAL: 1246 kcal* | **28**ALACA ÇORBASEBZE SOTEBULGUR PİLAVIYOĞURT  *CAL: 1287 kcal* | **29**SEBZE ÇORBASIKAŞARLI FIRIN PATATESSOSLU MAKARNAAYRAN *CAL: 1178 kcal* | **30**TARHANA ÇORBASIFELLAH KÖFTEERİŞTESÜTLAÇ *CAL: 1165 kcal* |  |  |

***\*****Yukarıda belirtilen 1 öğünlük toplam kalori değerlerine, 50 gr ekmeğin değeri olan 160 kalori ilave edilmiştir.* ***\**** *1 öğünün ortalama kalori değeri 1325 kcal‘dir.*