

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2025 YILI HAZİRAN AYI AKŞAM GLUTENSİZ YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  |  |  | **01**DOMATES ÇORBASIKIYMA SOTEPİRİNÇ PİLAVICACIK*CAL: 1287 kcal* |
| **02**MERCİMEK ÇORBASIET SOTEPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1390 kcal* | **03**DOMATES ÇORBAPİLİÇ KAVURMAPİRİNÇ PİLAVIAKDENİZ SALATA*CAL: 1367 kcal* | **04**KIYMALI KABAKPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1287 kcal* | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** |
| **RESMİ TATİL** | **10**DOMATES ÇORBASIPİLİÇ IZGARAŞAKŞUKAMEYVE*CAL: 1420 kcal* | **11**Z.Y NOHUTMISIRLI PİLAVYOĞURTMEYVE*CAL: 1287 kcal* | **12**SEBZE ÇORBASIGAR.ÇITIR PİLİÇPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTLU SEMİZOTU*CAL: 1480 kcal* | **13**MAHLUTA ÇORBAKIYMALI KABAKPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1480 kcal* | **14**EZOGELİN ÇORBAZ.Y. ISPANAKPİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1420 kcal* | **15**DOMATES ÇORBASIPİLİÇ SOTETAVA PATATESAYRAN*CAL: 1287 kcal* |
| **16**Z.Y TAZE FASULYEPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEVSİM SALATA*CAL: 1430 kcal* | **17**MERCİMEK ÇORBASIALİNAZİK KEBABIPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1286 kcal* | **18**MEVSİM TÜRLÜPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTACILI EZME*CAL: 1286 kcal* | **19**MAHLUTA ÇORBASIPİLİÇ ÇARDAK KEBABIPİRİNÇ PİLAVIÇOBAN SALATA*CAL: 1395 kcal* | **20**DOMATES ÇORBASIPATLICAN MUSAKKAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1385 kcal*  | **21**HAVUÇLU Y. MERCİMEKPİRİNÇ PİLAVIKURU CACIKMEYVE*CAL: 1330 kcal* | **22**EZOGELİN ÇORBASISULU PATATESPİRİNÇ PİLAVICACIK *CAL: 1395 kcal* |
| **23**KURU FASULYEPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1390 kcaL* | **24**MERCİMEK ÇORBASIKIYMA SOTEPİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1390 kcaL* | **25**DOMATES ÇORBASIGAR. SPECİAL BUTPİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1340 kcal* | **26**ŞAFAK ÇORBASIET KAVURMAPİRİNÇ PİLAVIMEVSİM SALATA*CAL: 1385 kcal*  | **27**GULAŞ ÇORBASIY. SOS. KAR. KIZARTMAPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1395 kcal* | **28**MANTAR ÇORBASIÇİFTLİK KEBABIPİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1395 kcal* | **29**ETLİ NOHUTPİRİNÇ PİLAVIKURU CACIKMEYVE*CAL: 1395 kcal* |
| **30**MERCİMEK ÇORBASIP. ÜSTÜ ET KAVURMAÇOBAN SALATAMEYVE*CAL: 1390 kcaL* |  |  |  |  |  |  |

***\*****Yukarıda belirtilen 1 öğünlük toplam kalori değerlerine, 50 gr ekmeğin değeri olan 160 kalori ilave edilmiştir.* ***\**** *1 öğünün ortalama kalori değeri 1480 kcal‘dir.*