

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2024 YILI HAZİRAN AYI ÖĞLE GLUTENSİZ YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ***  ***(MONDAY)*** | ***SALI***  ***(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA***  ***(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE***  ***(THURSDAY)*** | ***CUMA***  ***(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ***  ***(SATURDAY)*** | ***PAZAR***  ***(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  |  | **01**  DOMATES ÇORBASI  ET SOTE  PİYAZ  AYRAN  *CAL:1425* | **02**  PATLICAN OTURTMA  PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  MEYVE  *CAL: 1246 kcal* |
| **03**  HAVUÇLU BEZELYE  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1348kcal* | **04**  MAHLUTA ÇORBASI  PÜR. ET SOTE  PİRİNÇ PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1422 kcal* | **05**  TAVUK SOTE  PİRİNÇ PİLAVI  ÇOBAN SALATA  HURMA  *CAL: 1360* | **06**  DOMATES ÇORBASI  GAR. ÇITIR PİLİÇ  PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL:1425* | **07**  Z.Y TAZE FASULYE  PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  MEYVE  *CAL: 1286 kcal* | **08**  MERCİMEK ÇORBASI  TAVUK HAŞLAMA  ŞAKŞUKA  MEYVE  *CAL: 1346 kcal* | **09**  MANTAR ÇORBASI  YOĞ. BİBER DOLMA  MEVSİM SALATA  HURMA  *CAL: 1465 kcal* |
| **10**  MERCİMEK ÇORBASI  P.ÜSTÜ KURU FASULYE  ZEY. YEŞİL SALATA  AYRAN  *CAL:1569 kcal* | **11**  SEBZELİ NOHUT  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL:1304 kcal* | **12**  MERCİMEK ÇORBASI  PİLİÇ ROTİ  PİRİNÇ PİLAVI  PEMBE SULTAN  *CAL: 1640 kcal* | **13**  GULAŞ ÇORBA  YOĞ. BİBER DOLMA  MEVSİM SALATA  MEYVE  *CAL: 1395 kcal* | **14**  SEBZE ÇORBA  ET SOTE  PİRİNÇ PİLAVI  YEŞİL SALATA  *CAL: 1385 kcal* | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** |
| **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **22**  ETLİ BEZELYE  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  MEYVE  *CAL: 1420 kcal* | **23**  DOMATES ÇORBASI  SEBZE SOTE  TAVA PATATES  AYRAN  *CAL: 1516 kcal* |
| **24**  KURU FASULYE  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  ÇOBAN SALATA  *CAL: 1390 kcal* | **25**  MANTAR ÇORBASI  PİLİÇ SOTE  PİRİNÇ PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1741 kcal* | **26**  MERCİMEK ÇORBASI  GAR. FIR. SPECİAL BUT  PİRİNÇ PİLAVI  HAVUÇ TARATOR  *CAL: 1390 kcal* | **27**  ZY. MEVSİM TÜRLÜ  GÖKKUŞAĞI PİLAVI  YOĞURT  HURMA  *CAL: 1741 kcal* | **28**  DOMATES ÇORBASI  DİYARBAKIR GÜVECİ  PİRİNÇ PİLAVI  ÇOBAN SALATA  *CAL: 1290 kcal* | **29**  ŞAFAK ÇORBASI  ET SOTE  PİYAZ  AYRAN  *CAL: 1190 kcal* | **30**  YAYLA ÇORBASI  KIY. PATATES OTURTMA  PİRİNÇ PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1382 kcal* |

***\*****Yukarıda belirtilen 1 öğünlük toplam kalori değerlerine, 50 gr ekmeğin değeri olan 160 kalori ilave edilmiştir.* ***\**** *1 öğünün ortalama kalori değeri 1461 kcal‘dir.*