

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  |  | **01**DÜĞÜN ÇORBASIYOĞ. KARIŞIK KIZARTMAPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1339 kcal* | **02**ETLİ KURU FASULYEPİRİNÇ PİLAVIKARIŞIK TURŞUYOĞURT*CAL: 1443 kcal* |
| **03**YAYLA ÇORBASITAVUK HAŞLAMAPİRİNÇ PİLAVIMEVSİM SALATA*CAL: 1500 kcal* | **04**SEBZELİ NOHUTPİRİNÇ PİLAVIKURU CACIKMEYVE*CAL: 1360 kcal* | **05**MERCİMEK ÇORBASIGAR. FIR. BAGETTER. PİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1339 kcal* | **06**YAYLA ÇORBASIYOĞURTLU ISPANAKPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1443 kcal* | **07**MANTAR ÇORBAPÜR. TAS KEBABIKISIRAYRAN*CAL: 1443 kcal* | **08**Z.Y BARBUNYAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1596 kcal* | **09**TOYGA ÇORBAARAP TAVAMELEK PİLAVIAYRAN*CAL: 1341 kcal* |
| **10**KURU FASULYEPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTKARIŞIK TURŞU*CAL:1370 kcal* | **11**TUTMAÇ ÇORBASIPİLİÇ KAVURMATER. PİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL:1420 kcal* | **12**MANTAR ÇORBASIPİLİÇ IZGARAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1450 kcal* | **13**ARAPAŞI ÇORBASIORMAN KEBABIPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1340 kcal* | **14**GULAŞ ÇORBAYOĞ. KARIŞIK KIZARTMAPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1500 kcal* | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** |
| **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **22**MERCİMEK ÇORBASIISPANAK ŞİLEŞAKŞUKAMEVSİM SALATA*CAL: 1304 kcal* | **23**KÖYLÜ ÇORBABAHÇEVAN KEBABIPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1596 kcal* |
| **24**EZOGELİN ÇORBASIP.ÜSTÜ ET KAVURMAÇOBAN SALATAAYRAN*CAL: 1458 kcal* | **25**Z.Y. BAMYAPİRİNÇ PİLAVIKURU CACIKMEYVE*CAL: 1462 kcal* | **26**SOĞAN ÇORBASITAVUK HAŞLAMAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1339 kcal* | **27**YAYLA ÇORBASIPİLİÇ TANTUNİPİRİNÇ PİLAVIMEVSİM SALATA*CAL: 1304 kcal* | **28**Z.Y BARBUNYAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1596 kcal* | **29**DÜĞÜN ÇORBASIYOĞ. KARIŞIK KIZARTMAMEVSİM SALATAMEYVE*CAL: 1596 kcal* | **30**MANTAR ÇORBASIPÜR. ET SOTEPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1596 kcal* |

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