

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  |  |  | **01**DOMATES ÇORBASIY.MER. KÖFTESİŞEH. PİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1287 kcal* |
| **02**MERCİMEK ÇORBASIFIRIN MELANZENESEB. BULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1390 kcal* | **03**DOMATES ÇORBASEBZE KARRİMAKARNAAKDENİZ SALATA*CAL: 1367 kcal* | **04**Z.Y. KABAKKÖYLÜ PİLAVIACILI EZMEUN HELVASI*CAL: 1287 kcal* | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** |
| **RESMİ TATİL** | **10**DOMATES ÇORBASIFALAFELŞAKŞUKAMEYVE*CAL: 1420 kcal* | **11**Z.Y NOHUTMISIRLI PİLAVKAŞIK SALATAHURMA TOPU*CAL: 1287 kcal* | **12**SEBZE ÇORBASIGAR.ÇITIR BROKOLİKÖRİLİ BULGUR PİLAVISEMİZOTU SALATASI*CAL: 1480 kcal* | **13**MAHLUTA ÇORBAZ.Y. KABAKMAKARNATAHİN HELVA*CAL: 1480 kcal* | **14**EZOGELİN ÇORBAZ.Y. ISPANAKPATATESLİ BÖREKKAKAO TOPU*CAL: 1420 kcal* | **15**DOMATES ÇORBASIKABAK ŞİLETAVA PATATESMEYVE*CAL: 1287 kcal* |
| **16**Z.Y TAZE FASULYEDOM. SOSLU MAKARNAMEVSİM SALATAİRMİK HELVA*CAL: 1430 kcal* | **17**MERCİMEK ÇORBASIİMAM BAYILDIŞEH. PİRİNÇ PİLAVIHAVUÇ TOPU*CAL: 1286 kcal* | **18**MEVSİM TÜRLÜKÖYLÜ PİLAVIKAŞIK SALATATAHİN HELVA*CAL: 1286 kcal* | **19**MAHLUTA ÇORBASIRÖŞTİMAKARNAÇOBAN SALATA*CAL: 1395 kcal* | **20**DOMATES ÇORBASIPATLICAN MUSAKKAKÖYLÜ PİLAVIMEYVE*CAL: 1385 kcal*  | **21**HAVUÇLU Y. MERCİMEKERİŞTEMEVSİM SALATAUN HELVASI*CAL: 1330 kcal* | **22**EZOGELİN ÇORBASISULU PATATESMAKARNAMEYVE *CAL: 1395 kcal* |
| **23**KURU FASULYEBULGUR PİLAVIMEVSİM SALATAHURMA TOPU*CAL: 1390 kcaL* | **24**MERCİMEK ÇORBASIFELLAH KÖFTENAP. SOSLU MAKARNAMEYVE*CAL: 1390 kcaL* | **25**DOMATES ÇORBASIZ.Y. KEREVİZERİŞTEKAŞIK SALATA*CAL: 1340 kcal* | **26**ŞAFAK ÇORBASIP.ÜSTÜ BEZELYEMEVSİM SALATAKAKAO TOPU*CAL: 1385 kcal*  | **27**DOMATES ÇORBASISOS. KAR. KIZARTMAPATSATESLİ BÖREKMEYVE*CAL: 1395 kcal* | **28**MANTAR ÇORBASIISPANAK ŞİLEMAKARNAMEYVE*CAL: 1395 kcal* | **29**Z.Y. NOHUTŞEH. PİRİNÇ PİLAVIMEVSİM SALATAİRMİK HELVASI*CAL: 1395 kcal* |
| **30**MERCİMEK ÇORBASIRÖŞTİÇOBAN 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.*