

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2024 YILI KASIM AYI ÖĞLE VEJETERYAN YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  | **01**YAYLA ÇORBASIFIRIN MELANZENEBULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1287 kcal* | **02**KR. DOMATES ÇORBASIMERCİMEK KÖFTESİPİYAZAYRAN*CAL: 1421 kcal* | **03**SULU PATATESMAKARNAPEMBE SULTANPEYNİR TATLISI*CAL: 1285 kcal* |
| **04**EZOGELİN ÇORBASIP. ÜSTÜ NOHUTMEVSİM SALATAAYRAN*CAL: 1390 kcal* | **05**MEVSİM TÜRLÜDOM. BULGUR PİLAVIYOĞURTCEVİZLİ BROWNİE*CAL: 1422 kcal* | **06**YAYLA ÇORBASIISPANAK GRATENPEY. MAKARNAKURU CACIK*CAL: 1360* | **07**ZY. NOHUTTER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTCEVİZLİ BAKLAVA*CAL: 1395 kcal* | **08**KR. SEBZE ÇORBASIZ.Y. BEZELYEBULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1286 kcal* | **09**MERCİMEK ÇORBASIHAVUÇLU BEZELYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURT *CAL: 1420 kcal* | **10**SEBZELİ FIRIN GÜVEÇPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTKALBURABASTI*CAL: 1321 kcal* |
| **11**DOMATES ÇORBASIY. MERCİMEK KÖFTESİŞAKŞUKASUPANGLE*CAL: 1348kcal* | **12**KR. MANTAR ÇORBASIFIR. KAŞARLI PATATESBULGUR PİLAVIYOĞURT*CAL:1304 kcal* | **13**MERCİMEK ÇORBASIGAR.FALAFELFES.SOSLU MAKARNAGİRİT KABAĞI*: 1640 kcal* | **14**Z.Y. TAZE FASULYETER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURT SARAY BURMA*CAL: 1395 kcal* | **15**YAYLA ÇORBASIKABAK KALYEERİŞTEMEVSİM SALATA*CAL: 1385 kcal* | **16**EZOGELİN ÇORBAFIR. MELANZENEPİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1421 kcal* | **17**Z.Y. BEZELYEMAKARNAYOĞURTKALBURABASTI*CAL: 1321 kcal* |
| **18**KURU FASULYEDOM. BULGUR PİLAVIYOĞURTCEVİZLİ KADAYIF *CAL:1390 kcal* | **19**MERCİMEK ÇORBAMANTARLI BRAVASTER. PİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1284 kcal* | **20**TARHANA ÇORBASIRATATUYFIRIN MAKARNAMEYVE*CAL: 1287 kcal* | **21**MEVSİM TÜRLÜGÖKKUŞAĞI PİLAVIKURU CACIKFINDIKLI KEŞKÜL*CAL: 1385 kcal* | **22**YAYLA ÇORBASIZ.Y. KARNABAHARNAP.SOSLU MAKARNAMEVSİM SALATA*CAL:1296 kcal* | **23**ŞAFAK ÇORBASIGAR. FALAFELPİYAZAYRAN *CAL: 1420 kcal* | **24**PATLICAN MUSAKKAMAKARNACACIKKEMALPAŞA TATLISI*CAL: 1316 kcal* |
| **25**ŞEHRİYE ÇORBASIP. ÜSTÜ NOHUTMEVSİM SLATAAYRAN*CAL:1290 kcal* | **26**YAYLA ÇORBASISEBZELİ FIRIN GÜVEÇBULGUR PİLAVIMEYVE*CAL:1300 kcal* | **27**Z.Y. BAMYATER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTŞÖBİYET*CAL: 1390 kcal* | **28**MERCİMEK ÇORBASIY. MERCİMEK KÖFTESİPEYNİRLİ MAKARNAMEVSİM SALATA*CAL: 1395 kcal* | **29**Z.Y. NOHUTKÖRİLİ BULGUR PİLAVIYOĞURTPROFİTEROL *CAL: 1395 kcal* | **30**DOMATES ÇORBASIGAR. SEBZELİ PİZZATAVA PATATESAYRAN *CAL: 1395 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.*