

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2025 YILI MART AYI AKŞAM VEJETERYAN YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  |  | **01**TARHANA ÇORBASIZ.Y. KEREVİZBULGUR PİLAVIPROFİTEROL*CAL: 1340 kcal* | **02**EZOGELİN ÇORBASIFALAFELNAP. SOSLU MAKARNAAYRAN*CAL: 1287 kcal* |
| **03**MERCİMEK ÇORBASIRÖŞTİKÖRİLİ BULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1390 kcal* | **04**KR. DOMATES ÇORBASEBZE SOTEFES. SOSLU MAKARNANARLI ROKA SALATASI*CAL: 1367 kcal* | **05**Z.Y. KARNABAHARPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTTULUMBA TATLISI*CAL: 1287 kcal* | **06**KR. MANTAR ÇORBASISEBZE TAVADOM. BULGUR PİLAVIYOĞURT*CAL: 1443 kcal* | **07**DOMATES ÇORBASIYOĞURTLU ISPANAKSU BÖREĞİFIRIN SÜTLAÇ*CAL: 1286 kcal* | **08**Z.Y. NOHUTŞEH. PİRİNÇ PİLAVIKARIŞIK TURŞU YOĞURT*CAL: 1330 kcal* | **09**YAYLA ÇORBASIFIRIN GÜVEÇBULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1321 kcal* |
| **10**KURU FASULYEBULGUR PİLAVIYOĞURTCEVİZLİ BAKLAVA*CAL: 1430 kcal* | **11**MERCİMEK ÇORBASIGAR. FALAFELNAP. SOSLU MAKARNAYOĞURT*CAL: 1420 kcal* | **12**TARHANA ÇORBASIRÖŞTİPEY. ERİŞTEAYRAN*CAL: 1287 kcal* | **13**DOMATES ÇORBASIYOĞ.SOS.KAR. KIZARTMAKALEM BÖREĞİ TİRAMUSU*CAL: 1480 kcal* | **14**ŞEHRİYE ÇORBASISEBZE KAVURMATER. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1480 kcal* | **15**KR. MANTAR ÇORBASULU PATATESPEY. MAKARNA MEYVE*CAL: 1420 kcal* | **16**KURU FASULYEPİRİNÇ PİLAVICACIKKAZANDİBİ*CAL: 1287 kcal* |
| **17**TARHANA ÇORBASIİMAM BAYILDIDOM. SOS. MAKARNAHAVUÇ TARATOR *CAL:1390 kcal*  | **18**ZY. NOHUTGÖKKUŞAĞI PİLAVIYOĞURTELMA TATLISI*CAL: 1286 kcal* | **19**FIRIN MELANZENESU BÖREĞİMEVSİM SALATASIMEYVE*CAL: 1340 kcal* | **20**KR. SEBZE ÇORBASIKAPYA BİBER DOLMASIMEVSİM SALATAKURU CACIK*CAL: 1395 kcal* | **21**MAHLUTA ÇORBAZ.Y. PIRASAMAKARNAŞAMBALİ*CAL: 1385 kcal*  | **22**DÜĞÜN ÇORBASIYOĞURTLU ISPANAKKALEM BÖREĞİ SUPANGLE*CAL: 1330 kcal* | **23**DOMATES ÇORBASIGAR. SEBZELİ PİZZAKÖYLÜ PATATESAYRAN *CAL: 1395 kcal* |
| **24**BARBUNYA PİLAKİDOM. SOSLU MAKARNAYOĞURTCEVİZLİ BAKLAVA*CAL: 1390 kcaL* | **25**MERCİMEK ÇORBASIKAPYA BİBER DOLMASITER. PİRİNÇ PİLAVIPANNA COTTA*CAL: 1390 kcaL* | **26**Z.Y TAZE FASULYEKÖYLÜ PİLAVIYOĞURTTAHİNLİ PEYNİR TATLISI*CAL: 1340 kcal* | **27**KR. SEBZE ÇORBASIMERCİMEK KÖFTESİFES. SOSLU MAKARNAMEVSİM SALATA*CAL: 1395 kcal* | **28**EZOGELİN ÇORBAFIRIN MELANZENEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1385 kcal*  | **29****RESMİ TATİL** | **30****RESMİ TATİL** |
| **31****RESMİ TATİL** |  |  |  |  |  |  |

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