

**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 ÇORBASI  Z.Y. KEREVİZ  BULGUR PİLAVI  PROFİTEROL  *CAL: 1340 kcal* | **02**  EZOGELİN ÇORBASI  FALAFEL  NAP. SOSLU MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1287 kcal* |
| **03**  MERCİMEK ÇORBASI  RÖŞTİ  KÖRİLİ BULGUR PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1390 kcal* | **04**  KR. DOMATES ÇORBA  SEBZE SOTE  FES. SOSLU MAKARNA  NARLI ROKA SALATASI  *CAL: 1367 kcal* | **05**  Z.Y. KARNABAHAR  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  TULUMBA TATLISI  *CAL: 1287 kcal* | **06**  KR. MANTAR ÇORBASI  SEBZE TAVA  DOM. BULGUR PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1443 kcal* | **07**  DOMATES ÇORBASI  YOĞURTLU ISPANAK  SU BÖREĞİ  FIRIN SÜTLAÇ  *CAL: 1286 kcal* | **08**  Z.Y. NOHUT  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  KARIŞIK TURŞU  YOĞURT  *CAL: 1330 kcal* | **09**  YAYLA ÇORBASI  FIRIN GÜVEÇ  BULGUR PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1321 kcal* |
| **10**  KURU FASULYE  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  CEVİZLİ BAKLAVA  *CAL: 1430 kcal* | **11**  MERCİMEK ÇORBASI  GAR. FALAFEL  NAP. SOSLU MAKARNA  YOĞURT  *CAL: 1420 kcal* | **12**  TARHANA ÇORBASI  RÖŞTİ  PEY. ERİŞTE  AYRAN  *CAL: 1287 kcal* | **13**  DOMATES ÇORBASI  YOĞ.SOS.KAR. KIZARTMA  KALEM BÖREĞİ  TİRAMUSU  *CAL: 1480 kcal* | **14**  ŞEHRİYE ÇORBASI  SEBZE KAVURMA  TER. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  *CAL: 1480 kcal* | **15**  KR. MANTAR ÇORBA  SULU PATATES  PEY. MAKARNA  MEYVE  *CAL: 1420 kcal* | **16**  KURU FASULYE  PİRİNÇ PİLAVI  CACIK  KAZANDİBİ  *CAL: 1287 kcal* |
| **17**  TARHANA ÇORBASI  İMAM BAYILDI  DOM. SOS. MAKARNA  HAVUÇ TARATOR  *CAL:1390 kcal* | **18**  ZY. NOHUT  GÖKKUŞAĞI PİLAVI  YOĞURT  ELMA TATLISI  *CAL: 1286 kcal* | **19**  FIRIN MELANZENE  SU BÖREĞİ  MEVSİM SALATASI  MEYVE  *CAL: 1340 kcal* | **20**  KR. SEBZE ÇORBASI  KAPYA BİBER DOLMASI  MEVSİM SALATA  KURU CACIK  *CAL: 1395 kcal* | **21**  MAHLUTA ÇORBA  Z.Y. PIRASA  MAKARNA  ŞAMBALİ  *CAL: 1385 kcal* | **22**  DÜĞÜN ÇORBASI  YOĞURTLU ISPANAK  KALEM BÖREĞİ SUPANGLE  *CAL: 1330 kcal* | **23**  DOMATES ÇORBASI  GAR. SEBZELİ PİZZA  KÖYLÜ PATATES  AYRAN  *CAL: 1395 kcal* |
| **24**  BARBUNYA PİLAKİ  DOM. SOSLU MAKARNA  YOĞURT  CEVİZLİ BAKLAVA  *CAL: 1390 kcaL* | **25**  MERCİMEK ÇORBASI  KAPYA BİBER DOLMASI  TER. PİRİNÇ PİLAVI  PANNA COTTA  *CAL: 1390 kcaL* | **26**  Z.Y TAZE FASULYE  KÖYLÜ PİLAVI  YOĞURT  TAHİNLİ PEYNİR TATLISI  *CAL: 1340 kcal* | **27**  KR. SEBZE ÇORBASI  MERCİMEK KÖFTESİ  FES. SOSLU MAKARNA  MEVSİM SALATA  *CAL: 1395 kcal* | **28**  EZOGELİN ÇORBA  FIRIN MELANZENE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *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.*