

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ***  ***(MONDAY)*** | ***SALI***  ***(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA***  ***(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE***  ***(THURSDAY)*** | ***CUMA***  ***(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ***  ***(SATURDAY)*** | ***PAZAR***  ***(SUNDAY)*** |
|  |  |  |  |  | **01**  DÜĞÜN ÇORBASI  YOĞ. SOS. KAR KIZARTMA  MAKARNA  MEYVE  *CAL: 1367 kcal* | **02**  Z.Y. YEŞİL MERCİMEK  PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  CEVİZLİ KADAYIF  *CAL: 1287 kcal* |
| **03**  KURU FASULYE  GÖKKUŞAĞI PİLAVI  YOĞURT  CEVİZLİ BAKLAVA  *CAL: 1390 kcal* | **04**  YAYLA ÇORBASI  SULU PATATES  DOM. BULGUR PİLAVI  PEMBE SULTAN  *CAL: 1443 kcal* | **05**  MERCİMEK ÇORBASI  P. ÜSTÜ NOHUT  SUPANGLE  AYRAN  *CAL: 1390 kcal* | **06**  TARHANA ÇORBASI  FR. RATATUY  MAKARNA  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* | **07**  MEVSİM TÜRLÜ  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  KURU CACIK  H.CEVİZLİ PUFF  *CAL: 1422 kcal* | **08**  DOMATES ÇORBASI  GAR. YEŞİL MER. KÖFTE  PİYAZ  AYRAN  *CAL: 1420 kcal* | **09**  PATLICAN MUSAKKA  DOM. MAKARNA  YOĞURT  PEYNİR TATLISI  *CAL: 1316 kcal* |
| **10**  ŞEHRİYE ÇORBASI  P.ÜSTÜ NOHUT  MEVSİM SALATA  AYRAN  *CAL:1490 kcal* | **11**  YAYLA ÇORBASI  FIRIN GÜVEÇ  DOM. BULGUR PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1287 kcal* | **12**  Z.Y. PATATESLİ KEREVİZ  TER. PİRİNÇ PİLAVI  KIŞ SALATA  ŞÖBİYET  *CAL: 1390 kcal* | **13**  KR. SEBZE ÇORBA  MERCİMEK KÖFTESİ  FIRIN MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1295 kcal* | **14**  Z.Y. NOHUT  KÖYLÜ PİLAVI  YOĞURT  PROFİTEROL  *CAL: 1286 kcal* | **15**  TARHANA ÇORBASI  GAR. SEBZELİ PİZZA  TAVA PATATES  AYRAN  *CAL: 1395 kcal* | **16**  FIRIN GÜVEÇ  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  KALBURABASTI  *CAL: 1316 kcal* |
| **17**  Z.Y. BEZELYE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  CEVİZLİ KADAYIF  *CAL: 1360* | **18**  KR. MANTAR ÇORBASI  DİYARBAKIR GÜVECİ  DOM. BULGUR PİLAVI  KIŞ SALATASI  *CAL:1304 kcal* | **19**  MERCİMEK ÇORBASI  RÖŞTİ  FES. SOSLU MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1287 kcal* | **20**  Z.Y BAMYA  TER. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  UN HELVASI  *CAL: 1425 kcal* | **21**  EZOGELİN ÇORBA  MERCİMEK KÖFTESİ  YEŞİL SALATA  TAHİN HELVA  *CAL: 1385 kcal* | **22**  MERCİMEK ÇORBASI  İMAM BAYILDI  PİRİNÇ PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1395 kcal* | **23**  Z.Y. YEŞ. MERCİMEK  PEY. MAKARNA  YOĞURT  ŞEKERPARE  *CAL: 1287 kcal* |
| **24**  ARPA ŞEHRİYE ÇORBASI  P.ÜSTÜ KURU FASULYE  SEMİZOTU SALATASI  AYRAN  *CAL: 1360* | **25**  Z.Y. NOHUT  DOM. BULGUR PİLAVI  YOĞURT  SARAY BURMA  *CAL:1304 kcal* | **26**  KR. SEBZE ÇORBASI  Z.Y. BAMYA  MANTAR SOS. MAKARNA AYRAN  *CAL: 1287 kcal* | **27**  GULAŞ ÇORBASI  YOĞ. Z.Y. DOLMA  KALEM BÖREĞİ  SAKIZLI MUHALLEBİ  *CAL: 1395 kcal* | **28**  FELLAH KÖFTE  PEY. MAKARNA  YEŞİL SALATA  ŞAMBALİ  *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 1461 kcal‘dir.*