

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2024 YILI NİSAN AYI AKŞAM GLUTENSİZ YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
| **01**ETLİ NOHUTPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTKOMPOSTO*CAL: 1560 kcal* | **02**DOMATES ÇORBASIGAR. ÇITIR PİLİÇPİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1350 kcal* | **03**MANTAR ÇORBAET HAŞLAMAMISIRLI PİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1310 kcal* | **04**NOHUT ÇORBASIÇİFTLİK KEBABIPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1500 kcal* | **05**YAYLA ÇORBASIYOĞURTLU ISPANAKPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1360 kcal* | **06**ŞAFAK ÇORBASITAVUK KAVURMAPİYAZAYRAN*CAL: 1339 kcal* | **07**DOMATES ÇORBASIKIY. PATATES OTURTMAPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1443 kcal* |
| **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **13**Z.Y BARBUNYAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1596 kcal* | **14**TOYGA ÇORBASEBZE TAVAMELEK PİLAVIAYRAN*CAL: 1341 kcal* |
| **15**MERCİMEK ÇORBASITAVUK HAŞLAMAPİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL:1370 kcal* | **16**KURU FASULYEPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTKOMPOSTO*CAL:1420 kcal* | **17**MERCİMEK ÇORBASIPİLİÇ TANTUNİPİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1450 kcal* | **18**YAYLA ÇORBASIZ.Y MEVSİM TÜRLÜPİRİNÇ PİLAVISICAK AŞURE*CAL: 1340 kcal* | **19**YAYLA ÇORBASISEBZELİ KIŞ KEBABIPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1500 kcal* | **20**KAŞ. DOMATES ÇORBASIKIY. YOĞ. ISPANAKPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL:1596 kcal* | **21**MANTAR ÇORBASEBZE SOTEKÖYLÜ PATATESAYRAN*CAL: 1341 kcal* |
| **22**MERCİMEK ÇORBASITAVUK HAŞLAMAPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1639 kcal* | **RESMİ TATİL** | **24**ŞAFAK ÇORBASIET HAŞLAMAPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1374 kcal* | **25**Z.Y NOHUTPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTKOMPOSTO*CAL: 1642 kcal* | **26**YAYLA ÇORBASIKARNABAHAR KIZ.PİRİNÇ PİLAVIAYRAN*CAL: 1339 kcal* | **27**GULAŞ ÇORBASIGAR. SEBZE TAVAPATATES KIZARTMASIAYRAN*CAL: 1304 kcal* | **28**KIY. YEŞİL MERCİMEKPİRİÇ PİLAVIYOĞURTMEYVE*CAL: 1596 kcal* |
| **29**DOMATES ÇORBASEBZE GRATENPİRİNÇ PİLAVIKOMPOSTO*CAL: 1458 kcal* | **30**ANADOLU ÇORBASIMERCİMEK KÖFTESİPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1462 kcal* |  |  |  |  |  |

***\*****Yukarıda belirtilen 1 öğünlük toplam kalori değerlerine, 50 gr ekmeğin değeri olan 160 kalori ilave edilmiştir.* ***\**** *1 öğünün ortalama kalori değeri 1446 kcal‘dir.*