

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2025 YILI NİSAN AYI AKŞAM VEGAN YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **RESMİ TATİL** | **05**DOMATES ÇORBASIYEŞ. MERCİMEK KÖFTESİBULGUR PİLAVIKAKAO TOPU*CAL: 1340 kcal* | **06**EZOGELİN ÇORBASIGAR. ÇITIR BROKOLİNAP. SOSLU MAKARNAMEYVE*CAL: 1287 kcal* |
| **07**MERCİMEK ÇORBASISEBZE KAVURMAKÖRİLİ BULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1390 kcal* | **08**DOMATES ÇORBAFIR. MELANZENEFES. SOSLU MAKARNASEMİZOTU SALATASI*CAL: 1367 kcal* | **09**Z.Y. KABAKKÖYLÜ PİLAVIMEVSİM SALATAİRMİK HELVASI*CAL: 1287 kcal* | **10**DOMATES ÇORBASIRÖŞTİPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1443 kcal* | **11**DOMATES ÇORBASIZ.Y. ISPANAKKALEM BÖREĞİUN HELVASI*CAL: 1286 kcal* | **12**Z.Y. NOHUTŞEH. PİRİNÇ PİLAVIÇOBAN SALATAKARIŞIK TURŞU *CAL: 1330 kcal* | **13**PİRİNÇ ÇORBASIFIRIN SEBZE GÜVEÇBULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1321 kcal* |
| **14**KURU FASULYEBULGUR PİLAVIKAŞIK SALATAMEYVE*CAL: 1430 kcal* | **15**MERCİMEK ÇORBASIGAR. FELLAH KÖFTEDOM. SOSLU MAKARNATAHİN HELVA*CAL: 1420 kcal* | **16**DOMATES ÇORBASIRÖŞTİERİŞTEMEVSİM SALATA*CAL: 1287 kcal* | **17**DOMATES ÇORBASISOS.KAR. KIZARTMAKALEM BÖREĞİ HURMA TOPU*CAL: 1480 kcal* | **18**ŞEHRİYE ÇORBASIKAPYA DOLMAPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1480 kcal* | **19**MANTAR ÇORBAISPANAK ŞİLEMAKARNA MEYVE*CAL: 1420 kcal* | **20**KURU FASULYEPİRİNÇ PİLAVIMEVSİM SALATAKOMPOSTO*CAL: 1287 kcal* |
| **21**EZOGELİN ÇORBASIİMAM BAYILDIDOM. SOS. MAKARNAHAVUÇ SALATASI *CAL:1390 kcal*  | **22**Z.Y. NOHUTGÖKKUŞAĞI PİLAVIMEVSİM SALATAHAVUÇ TOPU*CAL: 1286 kcal* | **RESMİ TATİL** | **24**SEBZE ÇORBASIZY. TAZE FASULYEKÖRİLİ BULGUR PİLAVIKAŞIK SALATA*CAL: 1395 kcal* | **25**MAHLUTA ÇORBAZ.Y. KABAKMAKARNATAHİN HELVA*CAL: 1385 kcal*  | **26**DÜĞÜN ÇORBASIZ.Y. ISPANAKKALEM BÖREĞİKAKAO TOPU*CAL: 1330 kcal* | **27**DOMATES ÇORBASIZ.Y. BEZELYEKÖYLÜ PATATESMEYVE *CAL: 1395 kcal* |
| **28**BARBUNYA PİLAKİDOM. SOSLU MAKARNAMEVSİM SALATATAHİN HELVA*CAL: 1390 kcaL* | **29**MERCİMEK ÇORBASIPÜR. MANTAR SOTEPİRİNÇ PİLAVIHİNDİZTAN CEVİZİ TOPU*CAL: 1390 kcaL* | **30**MEVSİM TÜRLÜKÖYLÜ PİLAVIKAŞIK SALATAMEYVE*CAL: 1340 kcal* |  |  |  |  |

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