

 **T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

**2025 YILI NİSAN AYI ÖĞLE 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**DÜĞÜN ÇORBASISOS. KAR KIZARTMAMAKARNAMEYVE*CAL: 1367 kcal* | **06**Z.Y. YEŞİL MERCİMEKPİRİNÇ PİLAVIACILI EZMEİRMİK HELVASI*CAL: 1287 kcal* |
| **07**KURU FASULYEPİRİNÇ PİLAVIMEVSİM SALATATAHİN HLVA*CAL: 1390 kcal*  | **08**PİRİNÇ ÇORBASIYEŞ.MERCİMEK KÖFTESİSEB. BULGUR PİLAVIPANCAR SALATASI *CAL: 1443 kcal* | **09**MERCİMEK ÇORBASIP. ÜSTÜ NOHUTMEVSİM SALATAHURMA TOPU*CAL: 1390 kcal* | **10**SEBZE ÇORBASIZ.Y KEREVİZMAKARNAMEYVE*CAL: 1287 kcal* | **11**MEVSİM TÜRLÜŞEH. PİRİNÇ PİLAVIKAŞIK SALATAKAKAO TOPU*CAL: 1422 kcal* | **12**DOMATES ÇORBASIMERCİMEK KÖFTESİPİYAZMEYVE*CAL: 1420 kcal* | **13**PATLICAN MUSAKKADOM. MAKARNAÇOBAN SALATAMEYVE*CAL: 1316 kcal* |
| **14**ŞEHRİYE ÇORBASIP.ÜSTÜ KURU FASULYEMEVSİM SALATATAHİN HELVA*CAL:1490 kcal* | **15**BUĞDAY ÇORBASISEBZELİ KARRİDOM. BULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1287 kcal* | **16**Z.Y. TAZE FASULYEPİRİNÇ PİLAVISEMİZOTU SALATASIİRMİK HELVASI*CAL: 1390 kcal* | **17**SEBZE ÇORBAFELLAH KÖFTESOSLU MAKARNAMEYVE*CAL: 1295 kcal* | **18**Z.Y. NOHUTKÖYLÜ PİLAVIMEVSİM SALATAHURMA TOPU *CAL: 1286 kcal* | **19**DOMATES ÇORBASIKABAK ŞİLETAVA PATATESMEYVE *CAL: 1395 kcal* | **20**MEVSİM TÜRLÜBULGUR PİLAVIYOĞURTUN HELVASI*CAL: 1316 kcal* |
| **21**Z.Y. YEŞİL MERCİMEKERİŞTEKAŞIK SALATAİRMİK HELVASI*CAL: 1360* | **22**MANTAR ÇORBASIDİYARBAKIR GÜVECİDOM. BULGUR PİLAVIYEŞİL SALATA*CAL:1304 kcal* | **RESMİ TATİL** | **24**Z.Y BAMYAPİRİNÇ PİLAVIMEVSİM SALATAUN HELVASI*CAL: 1425 kcal* | **25**EZOGELİN ÇORBAKAPYA DOLMASIMAKARNAMEYVE*CAL: 1385 kcal*  | **26**MERCİMEK ÇORBASIİMAM BAYILDIPİRİNÇ PİLAVIKAŞIK SALATA *CAL: 1395 kcal* | **27**PATLICAN OTURTMAMAKARNAMEVSİM SALATAİRMİK HELVASI*CAL: 1287 kcal* |
| **28**ARPA ŞEHRİYE ÇORBASIP.ÜSTÜ BEZELYEYEŞİL SALATAMEYVE*CAL: 1360* | **29**Z.Y. NOHUTDOM. BULGUR PİLAVIKAŞIK SALATATAHİN HELVA*CAL:1304 kcal* | **30**PİRİNÇ ÇORBASIGAR. FALAFELMANTAR SOS. MAKARNA MEYVE*CAL: 1287 kcal* |  |  |  |  |

***\*****Yukarıda belirtilen 1 öğünlük toplam kalori değerlerine, 50 gr ekmeğin değeri olan 160 kalori ilave edilmiştir.* ***\**** *1 öğünün ortalama kalori değeri 1461 kcal‘dir.*