

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

 **2023 YILI ŞUBAT AYI AKŞAM YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ***  ***(MONDAY)*** | ***SALI***  ***(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA***  ***(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE***  ***(THURSDAY)*** | ***CUMA***  ***(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ***  ***(SATURDAY)*** | ***PAZAR***  ***(SUNDAY)*** |
|  |  | **01**  ŞEHRİYE ÇORBA  TAVUK FAJİTA  NAP. SOSLU MAKARNA  MEVSİM SALATA  *CAL: 1393 kcal* | **02**  DOMATES ÇORBASI  ETLİ MANTI  BÖRÜLCE SALATASI  KALBURABASTI  *CAL: 1377 kcal* | **03**  TARHANA ÇORBASI  ÇÖKERTME KEBABI  PİRİNÇ PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1401 kcal* | **04**  EZOGELİN ÇORBASI  YOĞ. ISPANAK  PEY. BÖREK  SUPANGLE  *CAL: 1449 kcal* | **05**  TOYGA ÇORBASI  ANKARA TAVA  Z.Y. BARBUNYA  MEYVE  *CAL: 1458 kcal* |
| **06**  ETLİ NOHUT  BULGUR PİLAVI  YOĞURT  CEV. BASMA KADAYIF  *CAL: 1560 kcal* | **07**  KR. DOMATES ÇORBASI  GAR. ÇITIR PİLİÇ  PEY. MAKARNA  AYRAN  *CAL: 1350 kcal* | **08**  KIY. BEZELYE  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  TİRAMUSU  *CAL:1310 kcal* | **09**  TOYGA ÇORBASI  SEBZELİ KÖFTE  BULGUR PİLAVI  MEYVE  *CAL: 1500 kcal* | **10**  PÜR. ET SOTE  SOSLU MAKARNA  YOĞURT  BROWNİ  *CAL:1360 kcal* | **11**  YAYLA ÇORBASI  ÇİFTLİK KEBABI  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  *CAL:1304 kcal* | **12**  TARHANA ÇORBA  KIY. MENGEN MUSAKKA  ERİŞTE  ŞEKERPARE  *CAL: 1443 kcal* |
| **13**  EZOGELİN ÇORBASI  KİLİS TAVA  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  *CAL:1370 kcal* | **14**  BUĞDAY ÇORBASI  ETLİ TAZE FASULYE  ŞEH. BULGUR PİLAVI  KALBURABASTI  *CAL: 1340 kcal* | **15**  MERCİMEK ÇORBA  GAR. PİLİÇ BAGET  CEVİZLİ ERİŞTE  AYRAN  *CAL: 1450 kcal* | **16**  Z.Y. NOHUT  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  KARIŞIK TURŞU  YOĞURT  *CAL: 1420 kcal* | **17**  EZOGELİN ÇORBASI  SEB. KIŞ KEBABI  NAP. SOSLU MAKARNA  MEYVE  *CAL: 1500 kcal* | **18**  ETLİ KEREVİZ  PEY. BÖREK  YOĞURT  BROWNİ  *CAL: 1596 kcal* | **19**  TOYGA ÇORBA  GAR. ŞİNİTZEL  SEB. BULGUR PİLAVI  AYRAN  *CAL: 1341 kcal* |
| **20**  MERCİMEK ÇORBA  EKŞİLİ KÖFTE  ERİŞTE  MEYVE  *CAL: 1639 kcal* | **21**  EZOGELİN ÇORBASI  YOĞ. KIY. ISPANAK  BULGUR PİLAVI  REVANİ  *CAL: 1374 kcal* | **22**  TARHANA ÇORBASI  GAR. SPECİAL BUT  SOSLU MAKARNA  HAYDARİ  *CAL: 1640 kcal* | **23**  KIY. YEŞİL MERCİMEK  ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI  YOĞURT  CEV. BASMA KADAYIF  *CAL: 1642 kcal* | **24**  TEL ŞEHRİYE ÇORBASI  ETLİ MEVSİM TÜRLÜ  SOSLU MAKARNA  KEŞKÜL  *CAL: 1339 kcal* | **25**  DOMATES ÇORBASI  GAR.KADINBUDU KÖFTE  BARBUNYA PİLAKİ  AYRAN  *CAL: 1339 kcal* | **26**  Z.Y. PIRASA  PEY. BÖREK  YOĞURT  REVANİ  *CAL: 1596 kcal* |
| **27**  SEBZE GRATEN  SOSLU MAKARNA  HAYDARİ  TULUMBA TATLISI  *CAL: 1458 kcal* | **28**  KÖYLÜ ÇORBASI  SULU KÖFTE  ERİŞTE  MEYVE  *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.*