

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

 **2023 YILI ŞUBAT AYI AKŞAM VEJETERYAN YEMEK LİSTESİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  | **01**ŞEHRİYE ÇORBASEBZE SOTENAP. SOSLU MAKARNAMEVSİM SALATA*CAL: 1393 kcal* | **02**DOMATES ÇORBASIKABAK ŞİLEBÖRÜLCE SALATASIKALBURABASTI*CAL: 1377 kcal* | **03**TARHANA ÇORBASIPATATES RÖŞTİPİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1401 kcal* | **04**EZOGELİN ÇORBASIYOĞ. ISPANAKPEY. BÖREKSUPANGLE*CAL: 1449 kcal* | **05**TOYGA ÇORBASIZ.Y. BARBUNYAŞEHRİYE PİLAVIMEYVE*CAL: 1458 kcal* |
| **06**SEB. NOHUTBULGUR PİLAVIYOĞURTCEV. BASMA KADAYIF*CAL: 1560 kcal* | **07** KR. DOMATES ÇORBASIKAŞARLI SEBZE GÜVEÇPEY. MAKARNAAYRAN*CAL: 1350 kcal* | **08**Z.Y. BEZELYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTTİRAMUSU*CAL:1310 kcal* | **09**TOYGA ÇORBASISEBZE SOTEBULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1500 kcal* | **10**FIR. MELANZENESOSLU MAKARNAYOĞURTBROWNİ*CAL:1360 kcal* | **11**YAYLA ÇORBASIFIR. SEBZE SOTEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL:1304 kcal* | **12**TARHANA ÇORBAMENGEN MUSAKKAERİŞTEŞEKERPARE*CAL: 1443 kcal* |
| **13**EZOGELİN ÇORBASISEBZE TAVAŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL:1370 kcal* | **14**BUĞDAY ÇORBASIZ.Y. TAZE FASULYEŞEH. BULGUR PİLAVIKALBURABASTI*CAL: 1340 kcal* | **15**MERCİMEK ÇORBAISPANAK MÜCVERCEVİZLİ ERİŞTEAYRAN*CAL: 1450 kcal* | **16**Z.Y. NOHUTŞEH. PİRİNÇ PİLAVIKARIŞIK TURŞUYOĞURT*CAL: 1420 kcal* | **17**EZOGELİN ÇORBASISEB. KIŞ KEBABINAP. SOSLU MAKARNAMEYVE*CAL: 1500 kcal* | **18**Z.Y. KEREVİZPEY. BÖREKYOĞURTBROWNİ*CAL: 1596 kcal* | **19**TOYGA ÇORBAISPANAK ŞİLESEB. BULGUR PİLAVIAYRAN*CAL: 1341 kcal* |
| **20**MERCİMEK ÇORBAPATATES KÖFTEERİŞTEMEYVE*CAL: 1639 kcal* | **21**EZOGELİN ÇORBASIYOĞ. ISPANAKBULGUR PİLAVIREVANİ*CAL: 1374 kcal* | **22**TARHANA ÇORBASISEBZE SOTESOSLU MAKARNAHAYDARİ*CAL: 1640 kcal* | **23**Z.Y. YEŞİL MERCİMEKŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTCEV. BASMA KADAYIF*CAL: 1642 kcal* | **24**TEL ŞEHRİYE ÇORBASIMEVSİM TÜRLÜSOSLU MAKARNAKEŞKÜL*CAL: 1339 kcal* | **25**DOMATES ÇORBASISEBZE TAVABARBUNYA PİLAKİAYRAN*CAL: 1339 kcal* | **26**Z.Y. PIRASAPEY. BÖREKYOĞURTREVANİ*CAL: 1596 kcal* |
| **27**SEBZE GRATENSOSLU MAKARNAHAYDARİTULUMBA TATLISI *CAL: 1458 kcal* | **28**KÖYLÜ ÇORBASIKABAK ŞİLEERİŞTEMEYVE*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.*