

**T.C. EGE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**

Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı

 Beslenme Hizmetleri Şube Müdürlüğü

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***PAZARTESİ******(MONDAY)*** | ***SALI******(TUESDAY)*** | ***ÇARŞAMBA******(WEDNESDAY)*** | ***PERŞEMBE******(THURSDAY)*** | ***CUMA******(FRIDAY)*** | ***CUMARTESİ******(SATURDAY)*** | ***PAZAR******(SUNDAY)*** |
|  |  | **01**BUĞDAY ÇORBASIFIRINDA MELANZENETER. PİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1548 kcal* | **02**MAHLUTA ÇORBASEBZE SOTEBULGUR PİLAVISUPANGLE*CAL: 1379 kcal* | **03**Z.Y TAZE FASULYESOSLU MAKARNAKURU CACIKBROWNİ*CAL: 1582 kcal* | **04**DOMATES ÇORBASEBZELİ PİZZAPATATES KIZARTMASIAYRAN*CAL: 1345 kcal* | **05**KR. MANTAR ÇORBAYOĞ. BİBER DOLMASOSLU MAKARNATİRAMİSU*CAL: 1465 kcal* |
| **06**MERCİMEK ÇORBASIP. ÜSTÜ MANTAR KAV.MEVSİM SALATAAYRAN*CAL: 1284 kcal* | **07**PATATES OTURTMABULGUR PİLAVIYOĞURTPEYNİR TATLISI*CAL: 1218 kcal* | **08**YAYLA ÇORBAMANTAR SOTENAP. SOS. MAKARNAHAVUÇ TOPU*CAL: 1596 kcal* | **09**KURU FASULYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVICACIKCEVİZLİ BAKLAVA*CAL: 1672 kcal* | **10**TARHANA ÇORBASIZ.Y TAZE FASULYESEB. BULGUR PİLAVIAYRAN*CAL:1369 kcal* | **11**DOMATES ÇORBASIYOĞ. KARIŞIK KIZARTMASOSLU MAKARNAPROFİTEROL*CAL:1399 kcal* | **12**KÖYLÜ ÇORBASEBZE KAVURMAŞEH. BULGUR PİLAVIMEYVE*CAL: 1605 kcal* |
| **13**DOMATES ÇORBAFALAFELBÖRÜLCE SALATASISARAY BURMA*CAL: 1587 kcal* | **14**TARHANA ÇORBAPATATES ROŞTİŞEH. PİRİNÇ PİLAVIMEYVE*CAL: 1560 kcal* | **15**Z.Y. PIRASASOSLU MAKARNAYOĞURTSÜTLAÇ*CAL:1640 kcal* | **16**MERCİMEK ÇORBASISEBZE GÜVEÇSOSLU MAKARNAAYRAN*CAL: 1395 kcal* | **17**Z.Y YEŞİL MERCİMEKKÖYLÜ PİLAVIYOĞURTCEV. BASMA KADAYIF*CAL:1385 kcal* | **18**ŞEHRİYE ÇORBASIISPANAK MÜCVERZ.Y. BARBUNYAAYRAN*CAL: 1321kcal* | **19**EZOGELİN ÇORBASIYOĞ. BİBER DOLMASOSLU MAKARNAREVANİ*CAL: 1268 kcal* |
| **20**KURU FASULYEŞEH. PİRİNÇ PİLAVIYOĞURTCEVİZLİ BAKLAVA*CAL: 1468 kcal* | **21**EZOGELİN ÇORBASIFIRINDA SEBZE SOTENAP. SOSLU MAKARNAMEVSİM SALATA*CAL: 1404 kcal* | **22**Z.Y. BEZELYEPİRİNÇ PİLAVIYOĞURTPROFİTEROL*CAL: 1684 kcal* | **23**DOMATES ÇORBASISEBZE TAVAPEY. ERİŞTEMEYVE*CAL: 1596 kcal* | **24**KÖYLÜ ÇORBASIMANTAR SOTEŞEH. BULGUR PİLAVIYOĞURT*CAL: 1590 kcal* | **25**TARHANA ÇORBASIZY. KEREVİZŞEH.PİRİNÇ PİLAVIYOĞURT*CAL: 1420 kcal* | **26**YAYLA ÇORBASIZ.Y. BARBUNYAŞEHRİYE PİLAVIMEYVE*CAL: 1516kcal* |
| **27**MERCİMEK ÇORBASIP. ÜSTÜ KURU FASULYEMEVSİM SALATAAYRAN*CAL: 1390 kcal* | **28**Z.Y. NOHUTBULGUR PİLAVIYOĞURTCEVİZLİ BAKLAVA*CAL: 1741 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.*