



## DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ-YEMEK LİSTESİ VEGAN ARALIK - 2023



|        |                                                                                            |                                                                                       |                                                                                                |                                                                                                       |                                                                                          |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
|        | 27 Kasım 2023 Pazartesi                                                                    | 28 Kasım 2023 Salı                                                                    | 29 Kasım 2023 Çarşamba                                                                         | 30 Kasım 2023 Perşembe                                                                                | 1 Aralık 2023 Cuma                                                                       |
|        | <b>BARBUNYA PİLAKİ</b><br><b>ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>TURŞU</b><br><b>MEYVE</b>        | <b>EZOĞELİN ÇORBASI</b><br><b>TAS KEBABİ</b><br><b>SOSLU MAKARNA</b><br><b>MEYVE</b>  | <b>TAZE FASULYE</b><br><b>BULGUR PİLAVI</b><br><b>TURŞU</b><br><b>TATLI</b>                    | <b>TUTMAÇ ÇORBASI</b><br><b>PİLİÇ KAVURMA</b><br><b>ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>MEYVE</b>            | <b>SEBZE ÇORBASI</b><br><b>ŞAKŞUKA</b><br><b>SOSLU MAKARNA</b><br><b>MEVSİM SALATA</b>   |
| Kalori | 814 kal.                                                                                   | 822 kal.                                                                              | 1019 kal.                                                                                      | 863 kal.                                                                                              | 921 kal.                                                                                 |
|        | 4 Aralık 2023 Pazartesi                                                                    | 5 Aralık 2023 Salı                                                                    | 6 Aralık 2023 Çarşamba                                                                         | 7 Aralık 2023 Perşembe                                                                                | 8 Aralık 2023 Cuma                                                                       |
|        | <b>NOHUT YEMEĞİ</b><br><b>BULGUR PİLAVI</b><br><b>KARIŞIK TURŞU</b><br><b>MEYVE</b>        | <b>ŞAKŞUKA</b><br><b>PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>SALATA</b><br><b>MEYVE</b>               | <b>ISPANAK YEMEĞİ</b><br><b>MAKARNA</b><br><b>TURP SALATASI</b><br><b>MEYVE</b>                | <b>DOMATES ÇORBASI</b><br><b>TAZE FASULYE</b><br><b>PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>MEYVE</b>                 | <b>ŞEHRİYE ÇORBASI</b><br><b>MANTAR SOTE</b><br><b>SALATA</b><br><b>MEYVE</b>            |
| Kalori | 724 kal.                                                                                   | 794 kal.                                                                              | 814 kal.                                                                                       | 723 kal.                                                                                              | 881 kal.                                                                                 |
|        | 11 Aralık 2023 Pazartesi                                                                   | 12 Aralık 2023 Salı                                                                   | 13 Aralık 2023 Çarşamba                                                                        | 14 Aralık 2023 Perşembe                                                                               | 15 Aralık 2023 Cuma                                                                      |
|        | <b>EZOĞELİN ÇORBA</b><br><b>KARIŞIK KIZARTMA</b><br><b>MEVSİM SALATA</b><br><b>MEYVE</b>   | <b>BEZELYE YEMEĞİ</b><br><b>PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>KARIŞIK TURŞU</b><br><b>MEYVE</b> | <b>KARNABAHAAR YEMEĞİ</b><br><b>SOSLU MAKARNA</b><br><b>SALATA</b><br><b>MEYVE</b>             | <b>MERCİMEK ÇORBASI</b><br><b>ZEYTİNYAĞLI KABAK KALYE</b><br><b>PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>MEYVE</b>     | <b>MEVSİM TÜRLÜ</b><br><b>PENNE MAKARNA</b><br><b>PANCAR SALATASI</b><br><b>MEYVE</b>    |
| Kalori | 922 kal.                                                                                   | 775 kal.                                                                              | 843 kal.                                                                                       | 767 kal.                                                                                              | 795 kal.                                                                                 |
|        | 18 Aralık 2023 Pazartesi                                                                   | 19 Aralık 2023 Salı                                                                   | 20 Aralık 2023 Çarşamba                                                                        | 21 Aralık 2023 Perşembe                                                                               | 22 Aralık 2023 Cuma                                                                      |
|        | <b>GEMİCİ KURU FASULYE</b><br><b>PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>KARIŞIK TURŞU</b><br><b>MEYVE</b> | <b>ŞEHRİYE ÇORBASI</b><br><b>MANTAR SOTE</b><br><b>SOSLU MAKARNA</b><br><b>MEYVE</b>  | <b>SEBZE ÇORBASI</b><br><b>SOSLU BOHÇA MANTI</b><br><b>MEVSİM SALATA</b><br><b>MEYVE</b>       | <b>EZOĞELİN ÇORBASI</b><br><b>PATLICAN YEMEĞİ</b><br><b>ERİŞTE MAKARNA</b><br><b>KARIŞIK TURŞU</b>    | <b>DOMATES ÇORBASI</b><br><b>PATATES YEMEĞİ</b><br><b>PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>SALATA</b> |
| Kalori | 754 kal.                                                                                   | 825 kal.                                                                              | 831 kal.                                                                                       | 827 kal.                                                                                              | 776 kal.                                                                                 |
|        | 25 Aralık 2023 Pazartesi                                                                   | 26 Aralık 2023 Salı                                                                   | 27 Aralık 2023 Çarşamba                                                                        | 28 Aralık 2023 Perşembe                                                                               | 29 Aralık 2023 Cuma                                                                      |
|        | <b>BARBUNYA PİLAKİ</b><br><b>PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>TAHİN HELVASI</b><br><b>MEYVE</b>     | <b>DOMATES ÇORBASI</b><br><b>İMAM BAYILDI</b><br><b>SALATA</b><br><b>MEYVE</b>        | <b>SEBZE ÇORBASI</b><br><b>PATATES MUSAKKA</b><br><b>SOSLU MAKARNA</b><br><b>KARIŞIK TURŞU</b> | <b>MERCİMEK ÇORBASI</b><br><b>ZEYTİNYAĞLI BEZELYE</b><br><b>PİRİNÇ PİLAVI</b><br><b>MEVSİM SALATA</b> | <b>KARIŞIK KIZARTMA</b><br><b>SOSLU MAKARNA</b><br><b>SALATA</b><br><b>MEYVE</b>         |
| Kalori | 844 kal.                                                                                   | 825 kal.                                                                              | 819 kal.                                                                                       | 871 kal.                                                                                              | 823 kal.                                                                                 |

NOT: Mücbir sebepler haricinde kesinlikle menü değişimi yapılmayacaktır.