YALOVA ÜNİVERSİTESİ
university of yalova

T.C. YALOVA ÜNİVERSİTESİ
2022 YILI ARALIK AYI VEGAN YEMEK MENÜSÜ

29.11.2026 11:31:56

01 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
NOHUT	285
BULGUR PİLAVI (1)	169
MEYVE	65
Toplam Kalori	**633**

02 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MERCİMEK ÇORBA (1)	137
Etsiz Türlü	146
PİRİNÇ PİLAVI	283
TULUMBA TATLISI (1,3)	420
Toplam Kalori	**986**

05 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
EZOGELİN ÇORBA (1)	132
ETLİ PATATES YEMEĞİ	400
GÖKKUŞAĞI PİLAVI	306
MEYVE	65
Toplam Kalori	**903**

06 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MERCİMEK ÇORBA (1)	137
Etsiz Türlü	146
PİRİNÇ PİLAVI	283
SALATA	90
Toplam Kalori	**656**

07 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
BEZELYE YEMEĞİ	150
ERİŞTE (DOM. BİB.) (1)	244
MEYVE	65
Toplam Kalori	**573**

08 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MAHLUTA ÇORBA (1)	161
MANTAR SOTE	188
MAKARNA(SADE) (1)	280
Şam tatlısı (1)	330
Toplam Kalori	**959**

09 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
KURU FASULYE	267
PİRİNÇ PİLAVI	283
HOŞAF (ÜZÜM) (12)	216
Toplam Kalori	**880**

12 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MERCİMEK ÇORBA (1)	137
Etsiz Türlü	146
MAKARNA(SADE) (1)	280
MEYVE	65
Toplam Kalori	**628**

13 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
DOMATES ÇORBA (1,4)	160
Z.Y PIRASA	114
PİRİNÇ PİLAVI	283
HOŞAF (ÜZÜM) (12)	216
Toplam Kalori	**773**

14 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
BROKOLİ ÇORBA (1,3,4)	60
KURU FASULYE	267
ERİŞTE (DOM. BİB.) (1)	244
SALATA	90
Toplam Kalori	**661**

15 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
EZOGELİN ÇORBA (1)	132
Z.Y BARBUNYA	356
MAKARNA (SOSLU) (1)	206
HOŞAF (KAYISI) (12)	203
Toplam Kalori	**897**

16 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
NOHUT	285
PİRİNÇ PİLAVI	283
TURŞU (12)	45
Toplam Kalori	**727**

19 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
DOMATES ÇORBA (1,4)	160
Z.Y KAPUSKA	160
PİRİNÇ PİLAVI	283
SALATA	90
Toplam Kalori	**693**

20 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MERCİMEK ÇORBA (1)	137
Etsiz Türlü	146
BULGUR PİLAVI (1)	169
MEYVE	65
Toplam Kalori	**517**

21 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
MANTAR SOTE	188
ERİŞTE (DOM. BİB.) (1)	244
TULUMBA TATLISI (1,3)	420
Toplam Kalori	**966**

23 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
EZOGELİN ÇORBA (1)	132
KARIŞIK KIZARTMA	380
MAKARNA(SADE) (1)	280
MEYVE	65
Toplam Kalori	**857**

26 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
NOHUT	285
PİRİNÇ PİLAVI	283
TURŞU (12)	45
Toplam Kalori	**727**

27 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
TEL ŞEHRİYE ÇORBA (1)	125
Etsiz Türlü	146
BULGUR PİLAVI (1)	169
SALATA	90
Toplam Kalori	**530**

28 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
EZOGELİN ÇORBA (1)	132
ETLİ PATATES YEMEĞİ	400
MAKARNA(SADE) (1)	280
MEYVE	65
Toplam Kalori	**877**

29 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
MAHLUTA ÇORBA (1)	161
KARIŞIK KIZARTMA	380
PİRİNÇ PİLAVI	283
SALATA	90
Toplam Kalori	**914**

30 ARALIK 2022	
YEMEK	**Kalori**
SEBZE ÇORBA (1,3,4)	114
Z.Y KARNABAHAR	115
BULGUR PİLAVI (1)	169
TULUMBA TATLISI (1,3)	420
Toplam Kalori	**818**

*MALZEME TEMİN EDİLEMEMESİ DURUMUNDA MENÜDE DEĞİŞİLİĞE GİDİLEBİLİR.
*HESAPLAMALARDA ROLL EKMEK DAHİL DEĞİLDİR.
ALERJENLER: 1 Glüten, 2 Kabuklular, 3 Yumurta, 4 Süt, 5 Balık, 6 Hardal, 7 Yer fıstığı, 8 Soya, 9 Kereviz, 10 Acı bakla, 11 Sert kabuklu meyveler, 12 Sülfit, 13 Yumuşakçalar, 14 Susam. (-) ALERJEN İÇERİĞİ HENÜZ GİRİLMEMİŞTİR; ALERJEN İÇERMEDİĞİ ANLAMINA GELMEZ.

FİRMA YETKİLİSİ	ÖZGE TAŞKESMEZ GIDA MÜHENDİSİ	Onur DOĞU ŞUBE MÜDÜRÜ	Yalçın TOKAY DAİRE BAŞKANI