



ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ

TEMMUZ 2026 VEGAN YEMEK MENÜSÜ



Siz seçin, biz yapalım

29.06.2026 Ezogelin Çorba (230) Şakşuka (342) Arpa Şehriye Pilavı (360) Elma Tatlısı (448)	30.06.2026 Mercimek Çorba (233) Kabak Kalye (262) Dom. Sos. Spagetti (315) Karışık Salata (82)	01.07.2026 Buğday Çorba (164) Zeytinyağlı Patates (144) Sade Kuskus (315) Kayısı/Şeftali (76)	02.07.2026 Domates Çorba (153) Kuru Fasulye (272) Dereotlu Pirinç Pilavı (311) Hoşaf (232)	03.07.2026 Köylü Çorba (176) Zeytinyağlı Bezelye (243) Dom. Bulgur Pilavı (279) Meyve Suyu (100)
06.07.2026 Tel Şehriye Çorba (124) İmambayıldı (327) Nohutlu Pirinç Pilavı (342) Marul Salatası (58)	07.07.2026 Ezogelin Çorba (230) Karışık Kızartma (348) Zey. Biber Dolma (303) Meyve Suyu (100)	08.07.2026 Mercimek Çorba (233) Barbunya (299) Sade Erişte (235) Komposto (205)	09.07.2026 Mantar Çorba (127) Zeytinyağlı Kabak (139) Sebzeli Makarna (330) Tahin Helvası (370)	10.07.2026 Sebze Çorba (155) Nohut (283) Garn. Pirinç Pilavı (359) Domates Salatası (88)
13.07.2026 Domates Çorba (153) Zeytinyağlı Patlıcan (149) Sade Bulgur Pilavı (271) Kemalpaşa Tatlısı (166)	14.07.2026 Toyga Çorba (200) Taze Börülce (295) Arpa Şehriye Pilavı (360) Hoşaf (232)	15.07.2026 DEMOKRASİ VE MİLLİ BİRLİK GÜNÜ	16.07.2026 Ezogelin Çorba (230) Zeytinyağlı Bezelye (243) Karışık Dolma (339) Karpuz (140)	17.07.2026 Mercimek Çorba (233) Kuru Fasulye (272) Sade Pirinç Pilavı (306) Çoban Salata (64)
20.07.2026 Sebze Çorba (155) Nohut (283) Melek Pilavı (354) Komposto (205)	21.07.2026 Ezogelin Çorba (230) Taze Fasulye (157) Kısır (283) Karışık Turşu (21)	22.07.2026 Köylü Çorba (176) Barbunya (299) Yeşil Merc. Bulgur Pilavı (310) Semizotu Salatası (39)	23.07.2026 Mercimek Çorba (233) Zeytinyağlı Patates (144) Makarna Kavrma (310) Limonlu Pelte (120)	24.07.2026 Tel Şehriye Çorba (124) Karışık Kızartma (348) Zey. Kabak Dolma (377) Meyve Suyu (100)
27.07.2026 Ezogelin Çorba (230) Yeşil Mercimek (272) Arpa Şehriye Pilavı (360) Karışık Salata (82)	28.07.2026 Mercimek Çorba (283) Kuru Fasulye (272) Sade Pirinç Pilavı (306) Hoşaf (232)	29.07.2026 Toyga Çorba (200) İmambayıldı (327) Tel Şeh. Pirinç Pilavı (345) Aşure (513)	30.07.2026 Mantar Çorba (127) Taze Börülce (295) Şehriyeli Kuskus (353) Kavun (153)	31.07.2026 Domates Çorba (153) Zeytinyağlı Kabak (139) Cevizli Erişte (300) Tahin Helvası (206)

Yemeklerin üretiminde glutenli tahıllar [buğday vb], yumurta, balık, süt ve süt ürünleri, sert kabuklu meyveler [ceviz, fındık vb], kereviz gibi alerjiye neden olan gıdalar kullanılmaktadır.

* Yemeklerin yanında parantez içinde gösterilen sayılar “kcal” cinsinden yemeklerin enerji miktarıdır ve enerji hesaplamasında “Besin Bileşim Cetveli” temel alınmıştır. Yukarıdaki enerji değerleri porsiyona göre değişiklik göstermektedir. Yukarıda belirtilen kalori miktarlarına ekmek dahil değildir.

*Vegan menü uygulaması, ÖSEM Yemekhanesi’nde ayrı bir yemek dağıtım alanında sunuluyor olup diğer merkez yemekhanelerde seçmelidir.