



# ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ

## MAYIS-2024 VEGAN YEMEK MENÜSÜ

06.05.2024	07.05.2024	08.05.2024	09.05.2024	10.05.2024
Ezogelin Çorba (159)	Mercimek Çorba (144)	Köylü Çorba (169)	Salçalı Şehriye Çorba (138)	Sebze Çorba (120)
ZY Taze Fasulye (149)	Kuru Fasulye (239)	ZY Bezelye (146)	ZY Semizotu (160)	ZY Taze Barbunya (134)
Makarna Kavrurma (262)	Sebzeli Erişte (305)	Domatesli Pirinç Pilavı (308)	Nohutlu Bulgur Pilavı (317)	Garnitürlü Pirinç Pilavı (300)
Hoşaf (188)	Kadayıf (341)	Karışık Turşu (24)	Karışık Salata (37)	Meyveli İçecek (90)
13.05.2024	14.05.2024	15.05.2024	16.05.2024	17.05.2024
Salçalı Şehriye Çorba (138)	Buğday Çorba (114)	Ezogelin Çorba (159)	Mercimek Çorba (144)	Domates Çorba (84)
Kuru Fasulye (239)	ZY Sebze Sote (106)	Karışık Kızartma (338)	Şakşuka (302)	Sebzeli Yeşil Mercimek (267)
Arpa Şehriye Pilavı (299)	Mısırlı Pirinç Pilavı (282)	Sebzeli Makarna (305)	ZY Biber Dolması (420)	T.Ş. Pirinç Pilavı (269)
Komposto (203)	Meyve (50)	Bahar Salatası (36)	Şekerpare (332)	Meyveli İçecek (90)
20.05.2024	21.05.2024	22.05.2024	23.05.2024	24.05.2024
Köylü Çorba ((169)	Ezogelin Çorba (159)	Mısır Çorba (108)	Sebze Çorba (120)	Mercimek Çorba (144)
Barbunya (295)	ZY Taze Fasulye (149)	ZY Semizotu (160)	Nohut (317)	Karışık Kızartma (338)
T.Ş. Bulgur Pilavı (276)	Erişte Kavrurma (279)	Domates Soslu Makarna (266)	A.Ş. Pirinç Pilavı (340)	ZY Kabak Dolması (238)
Tahin Helvası (225)	Karışık Salata (37)	Meyve (50)	Lahana Turşusu (15)	Limonlu Pelte (120)
27.05.2024	28.05.2024	29.05.2024	30.05.2024	31.05.2024
Ezogelin Çorba (159)	Yüksük Çorba (197)	Havuç Çorba (81)	Mercimek Çorba (144)	Patates Çorba (144)
Kuru Fasulye (239)	ZY Mantar Sote (142)	İmambayıldı (316)	Karışık Kızartma (338)	ZY Bezelye (146)
Şehriyeli Kuskus (298)	Bahar Pilavı (315)	Sade Bulgur Pilavı (255)	Mısırlı Pirinç Pilavı (282)	Yeşil Mercimekli Bulgur Pilavı (267)
Ballı Ballı (391)	Meyveli İçecek (90)	Hoşaf (188)	Meyve (50)	Yeşil Salata (20)

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.

**BU MENÜNÜN TAMAMI ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ PERSONELİ VE ÖĞRENCİLERİ TARAFINDAN OLUŞTURULMUŞTUR.**

**KARE KODU OKUTARAK BİR SONRAKİ AYIN MENÜSÜNE KATKI SAĞLAYABİLİRSİNİZ...**

*Yemek Menüleri Aletleri*



*Siz seçtin, biz yaptık 😊*

\* Yemeklerin yanında parantez içinde gösterilen sayılar "kcal" cinsinden yemeklerin enerji miktarıdır ve bilgilendirme amaçlıdır. Enerji değerleri standart yemek gramajlarındaki bilgiler ile hesaplanmıştır ve servis sırasında porsiyonlama nedeniyle değişebilir. 1 paket roll ekme (Beyaz veya kepekli, 50 g): 128 kcal'dir.