

## ARALIK 2024 NORMAL VE VEGAN MENÜ – 1. HAFTA SONUÇLARI

(31 Ekim-11 Kasım tarihleri arasında 38 katılımcı)

Çorbalar	n	%
Tavuksuyu Çorba	31	81,6
Domates Çorba	23	60,5
Arpa Şehriye Çorba	16	42,1
Kremalı Brokoli Çorba	14	36,8
Ayranaşı Çorba	11	28,9
Yüksük Çorba	4	10,5
Yarma Çorba	4	10,5
Sultan Çorba	2	5,3
Diğer (Ezogelin, Mercimek, Tarhana, Kremalı Mantar)	9	23,7

Yardımcı Yemekler	n	%
Patatesli Börek	29	76,3
Tel Şehriyeli Pirinç Pilavı	28	73,7
Fırın Makarna	25	63,2
Rulo Börek	24	63,2
İç Pilav	20	52,6
Arpa Şehriye Pilavı	16	42,1
Sade Bulgur Pilavı	15	39,5
Peynirli Erişte	11	28,9
Şehriyeli Kuskus	10	26,3
Yeşil Mercimekli Bulgur Pilavı	8	21,1
Diğer (Peynirli Börek, Napoliten Soslu Makarna, Makarna Salatası)	5	13,2

Sebze ve Kurubaklagil Yemekleri	n	%
Fırında Karnabahar Kızartma	30	78,9
Karışık Kızartma	27	71,1
ZY Brokoli	23	60,5
ZY Brüksel Lahanası	18	47,4
ZY Bamya	17	44,7
Kuru Börülce	16	42,1
ZY Portakallı Pırasa	15	39,5
Diğer (Nohut, Kuru Fasulye, Ispanak, Enginar, Patates)	6	15,8

Kırmızı Et Yemekleri	n	%
Terbiyeli Köfte	25	65,8
Et Sote	25	65,8
Arnavut Ciğeri	15	39,5
Patates Oturtma	14	36,8
Pürelı Macar Gulaj	14	36,8
Kıymalı Alınazık	14	36,8
Diğer (Pirzola, Et Döner)	7	18,4

Beyaz Et Yemekleri	n	%
Tavuk Döner	22	57,9
Tavuk Tantuni	19	50,0
Tavuk Şinitzel	14	36,8
Beşamel Soslu Tavuk	11	28,9
Fırın Tavuk İncik	5	13,2
Tavuklu Tas Kebabı	5	13,2

Tamamlayıcı Yemekler	n	%
Petibörlü Pasta	33	86,8
Tiramisu	31	81,6
Kadayıf	23	60,5
Damla Sakızlı Muhallebi	21	55,3
Limonata	20	52,6
Yoğurt	18	47,4
Şekerpare	13	34,2
Gavurdağı Salatası	12	31,6
Meyve	11	28,9
Ballı Ballım	6	15,8
Diğer (Bademli Keşkül)	2	5,3