



ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ

NİSAN - 2025 VEGAN YEMEK MENÜSÜ



07.04.2025 Köylü Çorba (177) ZY Bezelye (146) Nohutlu Pirinç Pilavı (347) + Turşu (12) Tahinli İrmik Helvası (264) Tahinli Kabak Tatlısı (280)	08.04.2025 Ezogelin Çorba (160) ZY Portakallı Pırasa (223) Şehriyeli Kuskus (303) Aşure (414)	09.04.2025 Domates Çorba (86) Nohut (317) Sade Bulgur Pilavı (270) Havuç Turp Salatası (46)	10.04.2025 Pirinç Çorba (132) Yeşil Mercimek (279) Makarna Kavrma (273) Elma (50)	11.04.2025 Mısır Çorba (108) Fırın Karnabahar (500) Sebzeli Erişte (237) Meyve Suyu (90)
14.04.2025 Buğday Çorba (116) Kuru Fasulye (239) Fıstıklı Kuş Üzümlü Pirinç Pilavı (294) Hoşaf (188)	15.04.2025 Sebze Çorba (99) ZY Patates (144) Arpa Şehriye Pilavı (321) Kırmızı Lahana Salatası (36)	16.04.2025 Ezogelin Çorba (160) Ispanak Kavrma (137) Şehriyeli Kuskus (303) Tahin Helvası (225)	17.04.2025 Mercimek Çorba (147) Barbunya (295) ZY Biber Dolma (420) Muz (151)	18.04.2025 Yüksük Çorba (197) Karışık Kızartma (338) Arpa Şeh. Pirinç Pilavı (345) Elma Tatlısı (350)
21.04.2025 Şehriye Çorba (145) Fırın Karnabahar (500) Yeşil Mercimekli Bulgur Pilavı (257) Lokma Tatlısı (598)	22.04.2025 Domates Çorba (86) Nohut (317) Zerdeçalı Pirinç Pilavı (145) Lahana Turşusu (15)	23.04.2025  23 NİSAN ULUSAL EGEMENLİK VE ÇOCUK BAYRAMI	24.04.2025 Ezogelin Çorba (160) ZY Bezelye (146) Makarna Kavrma (273) Bahar Salatası (36) + Mandalina (133)	25.04.2025 Mercimek Çorba (147) Pazı Kavrma (354) ZY Biber Dolma (237) Kadayıf (250)
28.04.2025 Ezogelin Çorba (160) ZY Kereviz (120) Garnitürlü Kuskus (336) Limonlu Pelte (120)	29.04.2025 Mısır Çorba (108) Barbunya (295) Tel Şeh. Pirinç Pilavı (272) Karışık Salata (37)	30.04.2025 Mercimek Çorba (147) Karışık Kızartma (338) Fesleğen Sos. Spagetti (210) Meyve Suyu (90)	01.05.2025 1 MAYIS EMEK VE DAYANIŞMA GÜNÜ	02.05.2025 Köylü Çorba (177) Kuru Fasulye (239) Arpa Şehriye Pilavı (321) Portakal (101)



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.