



ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ

NİSAN - 2026 VEGAN YEMEK MENÜSÜ



Siz seçin, biz yapalım

30.03.2026 Köylü Çorba (166) Portakallı Kereviz (238) Sade Makarna (310) Tahin Helvası (206)	31.03.2026 Buğday Çorba (131) Yeşil Mercimek (272) Nohutlu Pirinç Pilavı (342) Marul Salatası (58)	01.04.2026 Ezogelin Çorba (203) Kuru Fasulye (272) Arpa Şehriye Pilavı (360) Turşu (21)	02.04.2026 Mercimek Çorba (216) Ispanak Kavurma (149) Şehriyeli Kuskus (353) Portakal (138)	03.04.2026 Sebze Çorba (178) Karışık Kızartma (444) Tel Şeh. Bulgur Pilavı (306) Meyve Suyu (100)
06.04.2026 Mantar Çorba (102) Zeytinyağlı Patates (144) Melek Pilavı (350) Hoşaf (232)	07.04.2026 Tel Şehriye Çorba (118) Fırın Karnabahar (440) Dom. Sos. Makarna (319) Aşure (513)	08.04.2026 Domates Çorba (109) Mantar Sote (120) Sade Bulgur Pilavı (271) Meyve Suyu (100)	09.04.2026 Ezogelin Çorba (203) Nohut (283) Sade Pirinç Pilavı (306) Karışık Salata (82)	10.04.2026 Mercimek Çorba (216) Portakallı Pırasa (200) Cevizli Erişte (30) Muz (128)
13.04.2026 Köylü Çorba (166) Barbunya (299) Nohutlu Bulgur Pilavı (302) Turşu (21)	14.04.2026 Ezogelin Çorba (203) Bezelye (243) Makarna Kavurma (310) Elma (116)	15.04.2026 Sebze Çorba (178) Nohut (283) Tel Şeh. Pirinç Pilavı (345) Komposto (205)	16.04.2026 Mercimek Çorba (216) Pazı Kavurma (189) Mısırlı Kuskus (323) Meyve Suyu (100)	17.04.2026 Domates Çorba (109) Karışık Kızartma (348) Arpa Şehriye Pilavı (360) Kırmızı Lahana Salata (104)
20.04.2026 Buğday Çorba (131) Kuru Fasulye (280) Fıstıklı Kuş Üzümlü Pirinç Pilavı (317) Karışık Salata (82)	21.04.2026 Arpa Şehriye Çorba (125) Havuç Karnabahar Kızartma (433) Cevizli Erişte (67) Tahin Helvası (206)	22.04.2026 Ezogelin Çorba (203) Yeşil Mercimek (488) Makarna Kavurma (310) Muz (128)	23.04.2026  23 NİSAN ULUSAL EGEMENLİK VE ÇOCUK BAYRAMI	24.04.2026 Mercimek Çorba (216) Portakallı Kereviz (420) Sade Kuskus (315) Lahana Turşusu (23)
27.04.2026 Domates Çorba (109) Nohut 283) Yeşil Mercimekli Bulgur Pilavı (310) Kemalpaşa Tatlısı (301)	28.04.2026 Tel Şeh. Çorba (118) Mantar Sote (120) Sade Bulgur Pilavı (271) Limonlu Pelte (120)	29.04.2026 Mercimek Çorba (216) Karışık Kızartma (348) Sebzeli Erişte (262) Meyve Suyu (100)	30.04.2026 Sebze Çorba (178) Zeytinyağlı Patates (144) Dom. Sos. Spagetti (316) Marul Salatası (58)	01.05.2026 1 MAYIS EMEK VE DAYANIŞMA GÜNÜ

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.