



TED EGE KOLEJİ
13 OCAK - 17 OCAK 2020 YEMEK LİSTESİ



13 OCAK 2020 PAZARTESİ	14 OCAK 2020 SALI	15 OCAK 2020 ÇARŞAMBA	16 OCAK 2020 PERŞEMBE	17 OCAK 2020 CUMA
ÖĞLE = 517 kkal	ÖĞLE = 472 kkal	ÖĞLE = 556 kkal	ÖĞLE = 559 kkal	ÖĞLE = 619 kkal
Yayla Çorba Tas Kebabı Nohutlu Bulgur Pilavı Mevsim Salata	Zeytinyağlı Barbunya Tel Şehriyeli Piring Pilavı Turşu Yoğurt	Kremalı Havuç Çorba Kadınbudu Köfte Patates Püresi Yeşil Salata	Mercimek Çorba Pırasa Yemeği Kesikli Erişte Haşhaşlı Tatlı	Kuru Köfte Patates Kızartması Domates-Soğan Söğüş Ayrar
İKİNDİ = 87 kkal	İKİNDİ = 63 kkal	İKİNDİ = 121 kkal	İKİNDİ = 103 kkal	İKİNDİ = 63 kkal
Elma	Mandalina	Muz	Portakal	Mandalina

Uzman Diyetisyen



Olca Barış