



TED EGE KOLEJİ
12 NİSAN - 16 NİSAN 2021 YEMEK LİSTESİ

12 NİSAN 2021 PAZARTESİ	13 NİSAN 2021 SALI	14 NİSAN 2021 ÇARŞAMBA	15 NİSAN 2021 PERŞEMBE	16 NİSAN 2021 CUMA
SABAHA = 316 kkal	SABAHA = 347 kkal	SABAHA = 312 kkal	SABAHA = 362 kkal	SABAHA = 320 kkal
Haşlama Yumurta Tulum Peynir Yeşil Zeytin Papatya Çayı	Beyaz Peynirli Sandviç Siyah Zeytin İncir-Ceviz Süt	Pankek Burgu Peynir Yeşil Zeytin Bal Kırmızı Meyveler Çayı	Zeytinli Poğaç Örgü Peynir Kuru Üzüml Süt	Sade Omlet Ezine Peynir Yeşil Zeytin Ada Çayı
ÖĞLE = 481 kkal	ÖĞLE = 544 kkal	ÖĞLE = 478 kkal	ÖĞLE = 523 kkal	ÖĞLE = 495 kal
Orman Kebabı Arpa Şehriye Pilavı Yeşil Mercimek Salata	Yıldız Şehriye Çorba Kuru Köfte Patates Kızartması Ayrana Çikolatalı Puding	Etli Nohut Pirinç Pilavı Yoğurt Turşu	Ezogelin Çorba Zeytinyağlı Pırasa Kesikli Erişte İncirli Muhallebi	Ekşili Köfte Bulgur Pilavı Yeşil Salata
İKİNDİ = 342 kkal	İKİNDİ = 346 kkal	İKİNDİ = 338 kkal	İKİNDİ = 365 kkal	İKİNDİ = 351 kkal
Havuçlu Tarçınlı Kek Süt Muz	Peynirli Balon Pişi Böğürtlen Çayı Elma	Elmalı Turta Süt Portakal	Patatesli Milföy Börek İhlamur Çayı Muz	Hindistan Cevizli Kurabiye Süt Elma



Uzman Diyetisyen

Olca Barış