



TED EGE KOLEJİ  
22-26 NİSAN 2024 YEMEK LİSTESİ



| 22 NİSAN 2024<br>PAZARTESİ                            | 23 NİSAN 2024<br>SALI   | 24 NİSAN 2024<br>ÇARŞAMBA                              | 25 NİSAN 2024<br>PERŞEMBE                 | 26 NİSAN 2024<br>CUMA   |
|---|---|--|---|---|
| ÖĞLE = 475 kkal                                       | 23 NİSAN ULUSAL<br>EGEMENLİK VE ÇOCUK<br>BAYRAMINIZ KUTLU<br>OLSUN. | ÖĞLE = 451 kkal  | ÖĞLE = 442 kkal                           | ÖĞLE = 508 kkal   |
| Mercimek çorbası<br>Yuvarlama/ yoğurt<br>Yeşil salata |   | Tas kebabı<br>Sebzeli bulgur pilavı<br>Mevsim salatası | Kıymalı bezelye<br>Pirinç pilavı<br>Cacık | Ezogelin çorbası<br>Ekmek arası köfte<br>Domates soğan söğüş<br>Ayran |
| İKİNDİ = 101 kkal                                     |   | İKİNDİ = 47 kkal                                       | İKİNDİ = 151 kkal                         | İKİNDİ = 46 kkal  |
| Portakal  |   | Elma   | Muz                                       | Çilek   |



Diyetisyen Bilge ŞENTÜRK

Going to be healthy with @healthydailys