



TED EGE KOLEJİ
9-13 HAZİRAN 2025 YEMEK LİSTESİ



9 HAZİRAN 2025 PAZARTESİ	10 HAZİRAN 2025 SALI	11 HAZİRAN 2025 ÇARŞAMBA	12 HAZİRAN 2025 PERŞEMBE	13 HAZİRAN 2025 CUMA
KURBAN BAYRAMINIZ KUTLU OLSUN...	SABAHAH = 460 kkal	SABAHAH = 435 kkal	SABAHAH = 557 kkal	SABAHAH = 402 kkal
	Sahanda yumurta Beyaz peynir Siyah zeytin Domates, salatalık Süt	Yumurtalı peynir topları Yeşil zeytin Vişne reçeli Ceviz Kış çayı	Patatesli omlet Fıstık ezmeli ekmek Ezine peyniri Siyah zeytin Süt	Haşlanmış yumurta Tuzsuz tulum peyniri Yeşil zeytin Bal Ekinezya çayı
	ÖĞLE = 565 kkal	ÖĞLE = 514 kkal	ÖĞLE = 500 kkal	ÖĞLE = 622 kkal
	Mercimek çorbası Kıymalı bezelye Kuskus Yoğurt	Hünkâr beğendi Arpa şehriye pilavı Çoban salata	Taze fasulye Pirinç pilavı Cacık Haşhaşlı revani	Kaşarlı domates çorbası Ekmek arası köfte Ayrar Domates soğan söğüş
	İKİNDİ = 351 kkal	İKİNDİ = 316 kkal	İKİNDİ = 265 kkal	İKİNDİ = 374 kkal
	Peynirli domatesli pizza Ada çayı Muz	Limonlu kek Süt Elma	Mercimek köftesi Ekinezya çayı Armut	Profiterol Süt Çilek



Diyetisyen Bilge ŞENTÜRK

Going to be healthy with @healthydailys