



TED EGE KOLEJİ
3-7 HAZİRAN 2024 YEMEK LİSTESİ



3 HAZİRAN 2024 PAZARTESİ	4 HAZİRAN 2024 SALI	5 HAZİRAN 2024 ÇARŞAMBA	6 HAZİRAN 2024 PERŞEMBE	7 HAZİRAN 2024 CUMA
ÖĞLE = 448 kkal	ÖĞLE = 496 kkal	ÖĞLE = 493 kkal	ÖĞLE = 502 kkal	ÖĞLE = 475 kkal
Şehzade kebabı Pirinç pilavı Mevsim salata	Mercimek çorbası Etli türlü Kuskus Cacık	Terbiyeli sulu köfte Sebzeli bulgur pilavı Akdeniz salata	Bezelye Peynirli kalem makarna Yoğurt İrmik helvası	Yayla çorbası İzmir köfte Fasulye piyazı
İKİNDİ = 47 kkal	İKİNDİ = 151 kkal	İKİNDİ = 46 kkal	İKİNDİ = 47 kkal	İKİNDİ = 46 kkal
Nektarin	Muz	Çilek	Elma	Erik



Diyetisyen Bilge ŞENTÜRK

Going to be healthy with @healthydaily