

SAMSUN İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ
SAĞLIK TESİSLERİ MART 2021 YEMEK LİSTESİ

	KAHV ALTI	ÖĞLE	AKŞAM
1.03.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-Tereyağ	Kadınbudu Köfte/Püre(400kal) Mercimek Çorba(180kal) Şekerpare(400kal)	Kıymalı Ispanak/Yoğ.(300kal) Cevizli Erişte(330kal) Elma(100kal)
2.03.2021 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez-S.Zeytin	Etili Taze Fasulye(250kal) Milföy Böreği(420kal) Kayısı Komposto(180kal)	Yörem Kebabı(430kal) Şehriye Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
3.03.2021 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Tereyağ	Et Döner/Pilav(550kal) Ezogelin Çorba(180kal) Ayran(90kal)	Kıymalı Kapuska(250kal) Soslu Makarna(320kal) Portakal(100kal)
4.03.2021 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr.Çikolata-Y.Zeytin	Etili Nohut(320kal) Sebzeli Bulgur Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Çiftlik Köfte(350kal) Köylü Çorba(180kal) Etimek Tatlısı(400kal)
5.03.2021 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Tereyağ	Tavuk Baget Haşlama(350kal) İç Pilav(330kal) Mevsim Salata(100kal)	Etili Bezelye(250kal) Peynirli Kol Böreği(420kal) Elma Komposto(180kal)
6.03.2021 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva-S.Zeytin	Etili türlü(250kal) Cevizli Erişte(330kal) Yoğurt(180kal)	Tas Kebabı(350kal) Toyga Çorbası(180kal) Fıstıklı İrmik Helva(400kal)
7.03.2021 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Y.Zeytin	Izgara Köfte/Piyaz(400kal) Ezogelin Çorbası(180kal) Supangle(300kal)	Etili Kuru Fasulye(320kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı(330kal) Cacık(90kal)
8.03.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-Tereyağ	Kıymalı Ispanak/Yoğ.(300kal) Soslu Makarna(420kal) Portakal(180kal)	Tavuk Sote/Bulgur Pilavı(550kal) Tarhana Çorba(180kal) Ayran(90kal)
9.03.2021 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez-S.Zeytin	Şehriyeli Güveç(400kal) Yoğ.Havuç Kızartma(300kal) Kabak Tatlısı(400kal)	Etili Taze Fasulye(250kal) Cevizli Erişte(330kal) Yoğurt(180kal)
10.03.2021 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Tereyağ	Kıymalı Karnabahar(250kal) Patatesli Gül Böreği(420kal) Elma Komposto(180kal)	Rosto Köfte/Püre(400kal) Kremalı Sebze Çorbası(180kal) Şambali(400kal)
11.03.2021 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr.Çikolata-Y.Zeytin	Tavuk Döner/Pilav(550kal) Mercimek Çorba(180kal) Ayran(90kal)	Etili Bezelye(250kal) Sebzeli Bulgur Pilavı(330kal) Portakal(100kal)
12.03.2021 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Tereyağ	Etili Kuru Fasulye(320kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı(330kal) Cacık(90kal)	Tas Kebabı(350kal) Köylü Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
13.03.2021 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva-S.Zeytin	Kadınbudu Köfte/Püre(400kal) Mercimek Çorba(180kal) Şekerpare(400kal)	Kıymalı Kapuska(250kal) Peynirli Milföy Böreği(420kal) Portakal(100kal)
14.03.2021 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Y.Zeytin	Etili Türlü(250kal) Sebzeli Bulgur Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Tavuk Baget Haşlama(350kal) İç Pilav(330kal) Mevsim Salata(100kal)
15.03.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-Tereyağ	Çoban Kavurma/Pilav(550kal) Ezogelin Çorba(180kal) Ayran(90kal)	Kıymalı Ispanak/Yoğ.(300kal) Peynirli Erişte(320kal) Elma(100kal)
16.03.2021 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez-S.Zeytin	Etili Bezelye(250kal) Peynirli Gül Böreği(420kal) Kayısı Komposto(180kal)	Izgara Köfte/Piyaz(400kal) Mercimek Çorba(180kal) Şekerpare(400kal)
17.03.2021 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Tereyağ	Tavuk Pizola/Makarna Sal.(500kal) Sebze Çorbası(180kal) Şambali(400kal)	Kıymalı Karnabahar(250kal) Soslu Makarna(320kal) Portakal(100kal)

18.03.2021 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr.Çikolata-Y.Zeytin	Etlı Nohut(300kal) Sebzeli Bulgur Pilavı(320kal) Cacık(90kal)	Orman Kebabı(350kal) Toyga Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
19.03.2021 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Tereyağ	Mititi Köfte/Küp Patates(500kal) Şehriye Çorba(180kal) Aşure(400kal)	Etlı Türlü(250kal) Şeh.Pirinç Pilavı(330kal) Ayrarı(90kal)
20.03.2021 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva-S.Zeytin	Kıymalı Ispanak/Yoğ.(300kal) Peynirli Milföy Böreği(420kal) Kayısı Komposto(180kal)	Sebzeli Fırın Baget(300kal) Köylü Çorba(180kal) Revani(400kal)
21.03.2021 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Y.Zeytin	Şehriyeli Güveç(400kal) Yoğ.Karnabahar-Hav.Kızı.(300kal) Elma(100kal)	Etlı Kuru Fasulye(320kal) Şeh.Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)
22.03.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-Tereyağ	Patates Oturtma(300kal) Düğün Çorba(180kal) Şambalı(400kal)	Terbiyeli Köfte(350kal) Sos.Makarna(320kal) Mevsim Salata(100kal)
23.03.2021 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez-S.Zeytin	Tavuk Şinitzell/Havuç Tar.(400kal) Ezogelin Çorba(180kal) Elma(100kal)	Etlı Taze Fasulye(250kal) Cevizli Erişte(320kal) Yoğurt(180kal)
24.03.2021 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Tereyağ	Kıymalı Ispanak/Yoğ.(300kal) Peynirli Gül Böreği(420kal) Kayısı Komposto(180kal)	Et Döner/Pirinç Pilavı(500kal) Mercimek Çorba(180kal) Ayrarı(90kal)
25.03.2021 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr.Çikolata-Y.Zeytin	Izgara Köfte/Fırın Patates(400kal) Kremalı Sebze Çorba(180kal) Etımek Tatlısı(300kal)	Etlı Bezelye(250kal) Sebzeli Bulgur Pilavı(320kal) Cacık(100kal)
26.03.2021 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Tereyağ	Etlı Kuru Fasulye(320kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Çıtır Tavuk/Rus Salatası(500kal) Şehriye Çorba(180kal) Supangle(300kal)
27.03.2021 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva-S.Zeytin	Şehriyeli Güveç(400kal) Yoğ. Havuç Kız.(300kal) Portakal(100kal)	Patates Oturtma(300kal) Düğün Çorba(180kal) Revani(400kal)
28.03.2021 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Y.Zeytin	Kıymalı Karnabahar(250kal) Soslu Makarna(320kal) Kayısı Komposto(180kal)	Hasanpaşa Köfte/Bul. Pil.(400kal) Ezogelin Çorba(180kal) Elma(100kal)
29.03.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-Tereyağ	Tavuk Döner/Pilav(550kal) Mercimek Çorba(180kal) Ayrarı(90kal)	Kıymalı Ispanak/Yoğ.(300kal) Peynirli Milföy Böreği(420kal) Şekerpare(400kal)
30.03.2021 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez-S.Zeytin	Etlı Bezelye(250kal) Cevizli Erişte(320kal) Yoğurt(180kal)	Çoban Kavurma/Bul. Pilavı(500kal) Tarhana Çorba(180kal) Elma(100kal)
31.03.2021 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Tereyağ	İzmir Köfte(300kal) Köylü Çorba(180kal) Kazandibi(400kal)	Etlı Nohut(320kal) ŞehriyeliPirinç Pilavı(330kal) Ayrarı(90kal)