

Samsun İl Sağlık Müdürlüğü
Sağlık Tesisleri Nisan 2021 Yemek Listesi

Tarih	Kahvaltı	Öğle	Akşam
01.04.2021 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Etlü Türlü (250 Kal) Soslu Makarna (320 Kal) Yoğurt (180 Kal)	Sebzeli Fırın Tavuk (350 Kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 Kal) Mevsim Salata (100 Kal)
02.04.2021 Cuma	Çay – Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Et Döner/Pilav (550 Kal) Ezogelin Çorba (180 Kal) Ayran (90 Kal)	Kıymalı Kapuska (250 Kal) Patatesli Gül Böreği (420 Kal) Karışık Komposto (180 Kal)
03.04.2021 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Kıymalı Ispanak- Yoğurt (300 Kal) Fırın Makarna (320 Kal) Şambali (400 Kal)	Dizme Köfte (340 Kal) Mercimek Çorba (180 Kal) Mevsim Salata (100 Kal)
04.04.2021 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel – Yeşil Zeytin	Tavuk Sarma/Makarna Salatası (450 Kal) Köylü Çorba (180 Kal) Şekerpare (400 Kal)	Kıymalı Karnabahar (250 Kal) Peynirli Makarna (330 Kal) Elma (100 kal)
05.04.2021 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal – Tereyağ	Etlü Kurufasulye (350 Kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 Kal) Cacık (100 Kal)	Tas Kebabı (340 Ka) Tutmaç Çorba (180 Kal) Mevsim Salata (100 Kal)
06.04.2021 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Kadınbudu Köfte – Patates Püre (450 Kal) Alaca Çorba (180 Kal) Revani (400 Kal)	Etlü Bezelye (250 Kal) Antep Pilavı (330 Kal) Ayran (90 Kal)
07.04.2021 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağ	Etlü Taze Fasulye (250 Kal) Peynirli Milföy Böreği (420 Kal) Yoğurt (180 Kal)	Sebzeli Julyen Tavuk/Pirinç Pilavı (350 Kal) Mercimek Çorba (180 Kal) Ettimek Tatlısı (300 kal)
08.04.2021 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Orman Kebabı (350 kal) Köylü Çorba (180 Kal) Mevsim Salata (100 Kal)	Etlü Türlü (250 Kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Ayran (90 Kal)
09.04.2021 Cuma	Çay – Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Kıymalı Kapuska/Sarma (250 Kal) Soslu Makarna (320 Kal) Kemalpaşa Tatlısı (400 kal)	Rosto Köfte – Püre (400 kal) Ezogelin Çorba (180 Kal) Elma (100 kal)
10.04.2021 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Tavuk Pirzola/Patates Salatası (400 kal) Alaca Çorba (180 Kal) Sütlac (300 kal)	Etlü Bezelye (250 Kal) Patatesli Gül Böreği (420 Kal) Ayran (90 Kal)
11.04.2021 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel – Yeşil Zeytin	Patates Oturtma (250 kal) Düğün Çorba (180 Kal) Mevsim Salata (100 kal)	Hasanpaşa Köfte/Bulgur P. (400 kal) Tarhana Çorba (180 Kal) Elma (100 kal)
12.04.2021 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal – Tereyağ	Tavuk Döner/Pirinç Pilavı (400 kal) Mercimek Çorba (180 Kal) Ayran (90 Kal)	Kıymalı Ispanak- Yoğurt (300 Kal) Cevizli Erişte (380 kal) Şekerpare (400 Kal)
13.04.2021 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Etlü Nohut (350 kal) Sebzeli Bulgur Pilavı (330 kal) Cacık (100 Kal)	Tas Kebabı (340 kal) Köylü Çorba (180 Kal) Mevsim Salata (100 Kal)
14.04.2021 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağ	Çiftlik Köfte (340 kal) Sebze Çorba (180 Kal) Supangle (300 kal)	Etlü Taze Fasulye (250 Kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 Kal)
15.04.2021 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Etlü Bezelye (250 Kal) Peynirli Milföy Böreği (420 Kal) Karışık Komposto (180 kal)	Şehriyeli Güveç (390 kal) Yoğ.Karışık Kızartma (300 kal) Şambali (400 Kal)

16.04.2021 Cuma	Çay – Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Çoban Kavurma/Bulgur Pilavı (500 kal) Ezogelin Çorba (180 Kal) Mevsim Salata (100 Kal)	Etlı Kurufasulye (350 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (100 Kal)
17.04.2021 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Etlı Türlü (250 Kal) Cevizli Erişte(380 kal) Sütlaç (300 kal)	Sebzeli Fırın Baget (260 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 Kal)
18.04.2021 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel – Yeşil Zeytin	İzmir Köfte (340 kal) Toyga Çorba (180 Kal) Mevsim Salata (100 kal)	Kıymalı Ispanak- Yoğurt (300 Kal) Soslu Makarna (320 Kal) Şekerpare (400 Kal)
19.04.2021 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal – Tereyağ	Etlı Türlü Avcı Böreği (420 Kal) Elma (100 kal)	Et Döner/Pirinç Pilavı (500 kal) Mercimek Çorba (180 Kal) Ayran (90 Kal)
20.04.2021 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Şehriyeli Güveç (390 kal) Yoğ. Karışık Kızartma (300 kal) Şambali (400 Kal)	Etlı Bezelye (250 Kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 Kal)
21.04.2021 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağ	Etlı Taze Fasulye (250 Kal) Peynirli Erişte (380 kal) Komposto(Karışık) (180 kal)	Yörem Kebabı (420 kal) Tarhana Çorba (180 Kal) Kazandibi (300 kal)
22.04.2021 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Mititi Köfte/Küp Patates (400 kal) Şehriye Çorba (180 Kal) Keşkül (300 kal)	Etlı Kurufasulye (350 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (100 Kal)
23.04.2021 Cuma	Çay – Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Kıymalı Ispanak- Yoğurt (300 Kal) Fırın Makarna (320 Kal) Portakal (100 kal)	Hasanpaşa Köfte /Bulgur Pilavı Toyga Çorba (180 Kal) Mevsim Salata
24.04.2021 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Çoban Kavurma/Bulgur Pilavı (500 kal) Mercimek Çorba (180 Kal) Elma (100 kal)	Patates Musakka (320 kal) Düğün Çorba (180 Kal) Fıstıklı İrmik Helvası (400 kal)
25.04.2021 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel – Yeşil Zeytin	Etlı Türlü (250 Kal) Soslu Makarna (320 Kal) Yoğurt (180 Kal)	Tavuk Haşlama (310 kal) İç Pilav (330 kal) Mevsim Salata (100 Kal)
26.04.2021 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal – Tereyağ	Kadınbudu Köfte- Püre (380 kal) Kremalı Sebze Çorba (180 Kal) Şekerpare (400 Kal)	Patlıcan Musakka (250 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)
27.04.2021 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Etlı Bezelye (250 Kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 Kal)	Izgara Köfte/Fırın Patates (500 kal) Ezogelin Çorba (180 Kal) Kemalpaşa (400 kal)
28.04.2021 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağ	Tavuk Döner/Pirinç Pilavı (550 kal) Mercimek Çorba (180 Kal) Ayran (90 Kal)	Etlı Taze Fasulye (250 Kal) Cevizli Erişte (380 kal) Komposto(Karışık) (180 kal)
29.04.2021 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Kıymalı Ispanak- Yoğurt (300 Kal) Soslu Makarna (320 Kal) Elma (100 kal)	Şehriyeli Güveç (390 kal) Yoğ.Karışık Kızartma (300 kal) Şambali (400 Kal)
30.04.2021 Cuma	Çay – Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Orman Kebabı (340 kal) Yayla Çorba (180 Kal) Mevsim Salata (100 Kal)	Etlı Nohut (350 kal) Antep Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 Kal)