

**SAMSUN İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ**  
**SAĞLIK TESİSLERİ NİSAN 2022 YEMEK LİSTESİ**

TARİH	KAHVARTI	ÖĞLE	AKŞAM
01.04.2022 Cuma	Çay - Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Sebzeli Fırın Tavuk (350 kal) Toyga Çorba (180 kal) Supangle (300 kal)	Kıymalı Ispanak/Yoğurt (300 kal) Fırın Makarna (320 kal) Elma (100 kal)
02.04.2022 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Etli Nohut (350 kal) Antep Pilavı (330 kal) Ayran (90 kal)	Çoban Kavurma/Pirinç Pilavı (450 kal) Tutmaç Çorba (180 kal) Şekerpare (400 kal)
03.04.2022 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel - Yeşil zeytin	Fırın Köfte (340 kal) Tarhana Çorba (180 kal) Elma (100 kal)	Etli Taze Fasulye (250 kal) Cevizli Erişte (380 kal) Kayısı Komposto (180 kal)
04.04.2022 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal - Tereyağ	Etli Bezelye (250 kal) Peynirli Gül Böreği (420 kal) Ayran (90 kal)	Tavuk Haşlama (310 kal) İç Pilav (330 kal) Mevsim Salata (100 kal)
05.04.2022 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Şehriyeli Güveç (390 kal) Yoğ. Karışık Kızartma (300 kal) Portakal (100 kal)	Patates Musakka (320 kal) Köylü Çorba (180 kal) Güllaç (300 kal)
06.04.2022 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel - Tereyağ	Kıymalı Kapuska (250 kal) Soslu Makarna (320 kal) Yoğurt (180 kal)	Çiftlik Köfte (340 kal) Ezogelin Çorba (180 kal) Şambali (400 kal)
07.04.2022 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Tas Kebabı (340 kal) Yayla Çorba (180 kal) Mevsim Salata (100kal)	Etli Kuru Fasulye (350 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)
08.04.2022 Cuma	Çay - Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Etli Türlü (250 kal) Cevizli Erişte (380 kal) Sütlaç (300 kal)	Et Döner/Pirinç Pilavı (500 kal) Mercimek Çorba (180 kal) Ayran (90 kal)
09.04.2022 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Tavuk Şinitzel/Rus Salatası Şehriye Çorba (180 kal) Portakal (100 kal)	Etli Nohut (350 kal) Antep Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
10.04.2022 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel - Yeşil zeytin	Kıymalı Ispanak/Yoğurt (300 kal) Soslu Makarna (320 kal) Şekerpare (400 kal)	İzmir Köfte (340kal) Toyga Çorba (180 kal) Mevsim Salata (100 kal)
11.04.2022 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal - Tereyağ	Orman Kebabı (340 kal) Köylü Çorba (180 kal) Elma (100 kal)	Etli Bezelye (250 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
12.04.2022 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Etli Taze Fasulye (250 kal) Peynirli Erişte (380 kal) Üzüm Komposto (180 kal)	Izgara Köfte/Fırın Patates (500 kal) Mercimek Çorba (180 kal) Elma (100 kal)
13.04.2022 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel - Tereyağ	Tavuk Döner/Pirinç Pilavı (550 kal) Tarhana Çorba (180 kal) Ayran (90 kal)	Etli Türlü (250 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
14.04.2022 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Etli Bezelye (250 kal) Peynirli Kol Böreği (420 kal) Karışık Komposto (180 kal)	Tavuk Sarma/ Soslu Makarna (450 kal) Sebze Çorba (180 kal) Ayran (90 kal)
15.04.2022 Cuma	Çay - Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Rosto Köfte/Patates Püresi (400 kal) Ezogelin Çorba (180 kal) Elma (100 kal)	Kıymalı Ispanak/Yoğurt (300 kal) Patatesli Gül Böreği (420 kal) Kayısı Komposto (180 kal)

16.04.2022 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Etli Nohut (350 kal) Sebzeli Bulgur Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)	Tas Kebabı (340 kal) Tutmaç Çorba (180 kal) Mevsim Salata (100kal)
17.04.2022 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel - Yeşil zeytin	Tavuk Şinitel/Kısır Alaca Çorba (180 kal) Şekerpare (400 kal)	Etli Bezelye (250 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
18.04.2022 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal - Tereyağ	Etli Kuru Fasulye (350 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)	Dizme Köfte (340 kal) Şehriye Çorba (180 kal) Kemalpaşa (400 kal)
19.04.2022 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Tavuk Haşlama (310 kal) Antep Pilavı (330 kal) Mevsim Salata (100 kal)	Etli Taze Fasulye (220 kal) Nohutlu Pirinç Pilavı (330 kal) Kayısı Komposto (180 kal)
20.04.2022 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel - Tereyağ	Etli Türlü (250 kal) Peynirli Gül Böreği (420 kal) Yoğurt (180 kal)	Yörem Kebabı (420 kal) Tarhana Çorba (180 kal) Şambali (400 kal)
21.04.2022 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Mititi Köfte/Küp Patates (500 kal) Şehriye Çorba (180 kal) Supangle (300 kal)	Etli Nohut (350 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
22.04.2022 Cuma	Çay - Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Etli Bezelye (250 kal) Fırın Makarna (390 kal) Elma (100 kal)	Kadınbudo Köfte/Püre (380 kal) Sebze Çorba (180 kal) Şekerpare (400 kal)
23.04.2022 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Orman Kebabı (340 kal) Şehriye Çorba (180 kal) Şambali (400 kal)	Patates Musakka (320 kal) Mercimek Çorba (180 kal) Mevsim Salata (100kal)
24.04.2022 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel - Yeşil zeytin	Kıymalı Kapuska (250 kal) Cevizli Erişte (380 kal) Elma (100 kal)	Sebzeli Fırın Baget (350 kal) Ezogelin Çorba (180 kal) Güllaç (300 kal)
25.04.2022 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal - Tereyağ	Dizme Köfte (340 kal) Yayla Çorba (180 kal) Mevsim Salata (100kal)	Etli Nohut (350 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)
26.04.2022 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Etli Taze Fasulye (220 kal) Avcı Böreği (420 kal) Yoğurt (180 kal)	Tavuk Sarma/İç Pilav (450 kal) Köylü Çorba (180 kal) Mevsim Salata (100kal)
27.04.2022 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel - Tereyağ	Şehriyeli Güveç (390 kal) Yoğ. Karışık Kızartma (300 kal) Elma (100 kal)	Etli Türlü (250 kal) Antep Pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)
28.04.2022 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Kıymalı Ispanak-Yoğurt (300 kal) Peynirli Erişte (320 kal) Revani (400 kal)	Mititi Köfte/Küp Patates (500 kal) Mercimek Çorba (180 kal) Aşure (400 kal)
29.04.2022 Cuma	Çay - Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Tavuk Haşlama (310 kal) İç Pilav (330 kal) Mevsim Salata (100kal)	Etli Kuru Fasulye (350 kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (100 kal)
30.04.2022 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Etli Bezelye (250 kal) Patatesli Gül Böreği (420 kal) Ayran (90 kal)	Çoban Kavurma/Pirinç Pilavı (450 kal) Tarhana Çorba (180 kal) Mevsim Salata (100kal)