

SAMSUN İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ
SAĞLIK TESİSLERİ MAYIS 2022 YEMEK LİSTESİ

TARİH	KAHVARTI	ÖĞLE	AKŞAM
01.05.2022 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel - Yeşil zeytin	Fırın tavuk (310 kal) Şeh.Pirinç pilavı (330 kal) Mevsim salata (100 kal)	Etli türlü (250 kal) Fırın makarna (350 kal) Ayran(90 kal)
02.05.2022 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal - Tereyağ	Etli nohut(350 kal) Sebzeli bulgur pilavı (330 kal) Yoğurt (180 kal)	Sebzeli fırın köfte(340 kal) Tutmaç çorba(180 kal) Şambali (400)
03.05.2022 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Çoban kavurma/pirinç pilavı(450 kal) Şehriye çorba (180 kal) Şekerpare(400 kal)	Patates oturtma (320 kal) Düğün çorba(180 kal) Meyve(100 kal)
04.05.2022 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel - Tereyağ	Etli taze fasulye(250 kal) Sebzeli bulgur pilavı (330 kal) Yoğurt(180 kal)	Tavuk şinitzel/fırın patates(400 kal) Alaca çorba(180 kal) Etirmek tatlısı(400 kal)
05.05.2022 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Terbiyeli köfte(340 kal) Soslu makarna (320kal) Mevsim salata(100 kal)	Etli kuru fasulye(350 kal) Şeh.Pirinç pilavı (330 kal) Cacık (180 kal)
06.05.2022 Cuma	Çay - Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Etli türlü (250 kal) Peyirli kol böreği (420 kal) Karışık komposto(180 kal)	Şehriyeli güveç (390 kal) Köylü çorba (180 kal) Meyve(100 kal)
07.05.2022 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Fırın tavuk/Patates salatası(400 kal) Ezogelin çorba(180 kal) Şekerpare (400 kal)	Etli bezelye(250 kal) Sebzeli bulgur pilavı (330 kal) Ayran(90 kal)
08.05.2022 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel - Yeşil zeytin	Etli nohut(350 kal) Antep pilavı(330kal) Yoğurt (180 kal)	Mititi köfte/küp patates (550 kal) Şehriye çorba(180 kal) Kakaolu puding/ıslak kek (300)
09.05.2022 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal - Tereyağ	Et döner/pirinç pilavı (550 kal) Mercimek çorba (180 kal) Ayran (90 kal)	Patates musakka(250 kal) Peyirli erişte (320kal) Meyve(100 kal)
10.05.2022 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Etli türlü(250 kal) Soslu makarna(320 kal) Şambali (400 kal)	Tavuk sarma/iç pilav(450 kal) Köylü çorba(180 kal) Cacık(180 kal)
11.05.2022 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel - Tereyağ	Hasan paşa köfte/Bulgur pilavı (550 kal) Sebze çorba (180 kal) Meyve(100 kal)	Etli kuru fasulye(350 kal) Pirinç pilavı (330 kal) Mevsim salata(100 kal)
12.05.2022 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Kıymalı ıspanak/yoğurt(300 kal) Patatesli kol böreği (420 kal) Karışık komposto(180 kal)	Orman kebabı(350 kal) Köylü çorba(180 kal) Revani (400 kal)
13.05.2022 Cuma	Çay - Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Tavuk pizola-rus salatası(450 kal) Domates çorba (180 kal) Kakaolu puding (300 kal)	Etli tazefasulye(250 kal) Soslu makarna (320 kal) Yoğurt(180 kal)
14.05.2022 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Etli nohut(350 kal) Antep pilavı(330kal) Ayran(90 kal)	Rosto köfte/patates püresi(550 kal) Ezogelin çorba(180 kal) Meyve(100 kal)
15.05.2022 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel - Yeşil zeytin	Şehriyeli güveç (390 kal) Tarhana çorbası(180 kal) Mevsim salata (100 kal)	Etli bezelye(250 kal) Peyirli milföy böreği (420 kal) Karışık komposto(180 kal)

16.05.2022 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal - Tereyağ	Mantı (365 kal) Mercimek çorba(180 kal) Kemalpaşa tatlısı (400 kal)	Tavuk sote(350 kal) Bulgur pilavı(330 kal) Mevsim salata(100 kal)
17.05.2022 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Karışık ızgara/havuç tarator(500 kal) Tarhana çorbası(180 kal) Meyve(100 kal)	Patates musakka (250 kal) Köylü çorba(180 kal) Revani (400 kal)
18.05.2022 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel - Tereyağ	Etlı kurufasulye(350 kal) Antep pilavı(330 kal) Yoğurt(180 kal)	Et döner/Pirinç pilavı(550 kal) Sebzeye çorbası(180 kal) Ayran(90 kal)
19.05.2022 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Çıtır tavuk/Bulgur pilavı (550 kal) Köylü çorba(180 kal) Mevsim salata(100 kal)	Etlı taze fasulye(250 kal) Patatesli kol böreği (420 kal) Cacık(180 kal)
20.05.2022 Cuma	Çay - Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Etlı türlü (250 kal) Soslu makarna(330 kal) Şekerpare(400 kal)	Sebzeli fırın köfte (380 kal) Tutmaç çorba(180 kal) Meyve(100 kal)
21.05.2022 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Sebzeli kebab(350 kal) Alaca çorba(180 kal) Mevsim salata (100 kal)	Etlı nohut(350 kal) Antep pilavı(330kal) Yoğurt(180 kal)
22.05.2022 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel - Yeşil zeytin	Kıymalı ıspanak/yoğurt(300 kal) Cevizli erişte(380 kal) Revani(400 kal)	Haşlama tavuk(310 kal) İç pilav(330 kal) Meyve(100 kal)
23.05.2022 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal - Tereyağ	Kadınbudu köfte/patates püresi(450 kal) Sebzeye çorbası(180 kal) Etımekek tatlısı(400 kal)	Etlı bezelye(250 kal) Peynirli kol böreği(420 kal) Karışık komposto(180 kal)
24.05.2022 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Patlıcan musakka(320 kal) Şehriyeli pirinç pilavı(330 kal) Cacık (180 kal)	Orman kebabı(350 kal) Şehriyeye çorba(180 kal) Şekerpare(400 kal)
25.05.2022 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel - Tereyağ	Tavuk şinitzel/rus salatası(400 kal) Alaca çorba (180 kal) Meyve(100 kal)	Etlı kuru fasulye(350 kal) Pirinç pilavı(330 kal) Yoğurt(180 kal)
26.05.2022 Perşembe	Çay – Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Etlı patates(250 kal) Ezogelin çorba(180 kal) Kazandibi(300 kal)	Terbiyeli köfte(340 kal) Bulgur pilavı(330 kal) Mevsim salata (100 kal)
27.04.2022 Cuma	Çay - Şeker Yumurta Bal - Tereyağ	Tas kebabı(340 kal) Pirinç pilavı(330 kal) Mevsim salata(100 kal)	Etlı türlü (250 kal) Peynirli makarna(320 kal) Profiterol(300 kal)
28.05.2022 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Etlı nohut(350 kal) Bulgur pilavı(330kal) Yoğurt(180 kal)	Tavuk haşlama(310 kal) İç pilav(330) Mevsim salata(100)
29.05.2022 Pazar	Çay – Şeker Beyaz Peynir Reçel - Yeşil zeytin	Dizme Köfte (340 kal) Yayla Çorba (180 kal) Meyve(100 kal)	Patlıcan musakka(320 kal) Soslu makarna(320 kal) Cacık (180 kal)
30.05.2022 Pazartesi	Çay – Şeker Kaşar Peynir Bal - Tereyağ	Etlı taze fasulye(250 kal) Cevizli eriste (380kal) Yoğurt(180 kal)	Köylü çorba(180 kal) Orman kebabı(340 kal) Şekerpare(400 kal)
31.05.2022 Salı	Çay – Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Tavuk döner/Pirinç pilavı(550 kal) Mercimek çorbası(180 kal) Ayran(90 kal)	Etlı kurufasulye(350 kal) Bulgur pilavı(330 kal) Mevsim salata(100 kal)