

Samsun İl Sağlık Müdürlüğü
Sağlık Tesisleri Kasım 2018 Yemek Listesi

| Tarih | Kahvaltı | Öğle | Akşam |
|-------------------------|---|---|---|
| 01.11.2018 Perşembe | Çay- Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin | Kıymalı Ispanak – Yoğurt / 300 kal Domates-Biberli Makarna / 320 kal Elma / 100 kal | Dizme Köfte / 340 kal Köylü Çorba / 180 kal Şambali / 400 kal |
| 02.11.2018 Cuma | Çay- Şeker Yumurta Bal – Tereyağı | Et Döner – Pilav / 550 kal Ezogelin Çorba / 180 kal Ayran / 90 kal | Kıymalı Kapuska / 250 kal Peynirli Gül Böreği / 420 kal Kayısı Komposto / 180 kal |
| 03.11.2018 Cumartesi | Çay- Şeker Beyaz Peynir Reçel – Siyah Zeytin | Etli Nohut / 350 kal Bulgur Pilavı / 330 kal Mevsim Salata / 100 kal | Orman Kebabı / 340 kal Toyga Çorba / 180 kal Revani / 400 kal |
| 04.11.2018 Pazar | Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin | Tavuk Sarma – Kısır / 420 kal Mercimek Çorba / 180 kal Mandalina / 100 kal | Etli Taze Fasulye / 250 kal Şeh. Pirinç Pilavı / 330 kal Yoğurt / 180 kal |
| 05.11.2018 Pazartesi | Çay- Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı | Kıymalı Karnabahar / 250 kal Cevizli Erişte / 380 kal Yoğurt / 180 kal | Tas Kebabı / 340 kal Özbek Pilavı / 330 kal Mevsim Salata / 100 kal |
| 06.11.2018 Salı | Çay- Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin | İzmir Köfte / 420 kal Yoğurtlu Karn. Hav. Kızartma / 300 kal Şekerpare / 400 kal | Kıymalı Ispanak – Yoğurt / 300 kal Soslu Makarna / 320 kal Elma / 100 kal |
| 07.11.2018 Çarşamba | Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı | Etli Kuru Fasulye / 350 kal Şeh. Pirinç Pilavı / 330 kal Yoğurt / 180 kal | Rosto Köfte – Patates Püresi / 550 kal Köylü Çorba / 180 kal Mandalina / 100 kal |
| 08.11.2018 Perşembe | Çay- Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin | Tavuk Pirzola – Makarna Salat. / 420 kal Ezogelin Çorba / 180 kal Şambali / 400 kal | Kıymalı Karnabahar / 250 kal Patatesli Gül Böreği / 420 kal Yoğurt / 180 kal |
| 09.11.2018 Cuma | Çay- Şeker Yumurta Bal – Tereyağı | Patates Oturtma / 320 kal Toyga Çorba / 180 kal Mevsim Salata / 100 kal | Fırın Baget – Pirinç Pilavı / 420 kal Mercimek Çorba / 180 kal Fındıklı Baklava / 400 kal |
| 10.11.2018 Cumartesi | Çay- Şeker Beyaz Peynir Reçel – Siyah Zeytin | Sebze Köfte / 340 kal Soslu Makarna / 320 kal Elma / 100 kal | Etli Türlü / 250 kal Nohutlu Pirinç Pilavı / 330 kal Cacık / 100 kal |
| 11.11.2018 Pazar | Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin | Etli Bezelye / 250 kal Şeh. Pirinç Pilavı / 330 kal Yoğurt / 180 kal | Çoban Kavurma – Bulgur Pilavı / 550 kal Sebze Çorba / 180 kal Mevsim Salata / 100 kal |
| 12.11.2018 Pazartesi | Çay- Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı | Fırın Köfte / 340 kal Mercimek Çorba / 180 kal Tel Kadayıf / 400 kal | Etli Taze Fasulye / 250 kal Peynirli Kol Böreği / 420 kal Karışık Komposto / 180 kal |
| 13.11.2018 Salı | Çay- Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin | Etli Nohut / 350 kal Şeh. Pirinç Pilavı / 330 kal Yoğurt / 180 kal | Şehriyeli Güveç / 390 kal Domates Çorba / 180 kal Kemalpaşa / 400 kal |
| 14.11.2018 Çarşamba | Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı | Tavuk Pirzola – Kısır / 420 kal Ezogelin Çorba / 180 kal Supangle / 300 kal | Kıymalı Ispanak – Yoğurt / 300 kal Cevizli Erişte / 380 kal Mandalina / 100 kal |
| 15.11.2018 Perşembe | Çay- Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin | Etli Türlü / 250 kal Avcı Böreği / 420 kal Ayva Komposto / 180 kal | İzmir Köfte / 420 kal Yoğurtlu Karn. Hav. Kızartma / 300 kal Tulumba / 500 kal |

| | | | |
|-------------------------|---|--|---|
| 16.11.2018 Cuma | Çay- Şeker Yumurta Bal – Tereyağı | Çoban Kavurma – Pirinç Pilavı / 550 kal Sebze Çorba / 180 kal Mevsim Salata / 100 kal | Kıymalı Karnabahar / 250 kal Soslu Makarna / 320 kal Revani / 400 kal |
| 17.11.2018 Cumartesi | Çay- Şeker Beyaz Peynir Reçel – Siyah Zeytin | Mantı / 365 kal Barbunya Pilaki / 250 kal Elma / 100 kal | Tavuk Pirzola – Pat. Kavurma / 420 kal Şehriye Çorba / 180 kal Mevsim Salata / 100 kal |
| 18.11.2018 Pazar | Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin | Çiftlik Köfte / 320 kal Antep Pilavı / 330 kal Yoğurt / 180 kal | Etlı Bezelye / 250 kal Peynirli Erişte / 380 kal Şekerpare / 400 kal |
| 19.11.2018 Pazartesi | Çay- Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı | Etlı Kuru Fasulye / 250 kal Şeh. Pirinç Pilavı / 330 kal Yoğurt / 180 kal | Izgara Köfte-Patates Cips / 550 kal Ezogelin Çorba / 180 kal Ayran / 90 kal |
| 20.11.2018 Salı | Çay- Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin | Bahçıvan Kebap / 350 kal Sebzeli Bulgur Pilavı / 330 kal Mevsim Salata / 100 kal | Etlı Taze Fasulye / 250 kal Soslu Makarna / 320 kal Karışık Komposto / 180 kal |
| 21.11.2018 Çarşamba | Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı | Kıymalı Kapuska / 250 kal Patatesli Gül Böreği / 420 kal Fındıklı Baklava / 400 kal | İzmir Köfte / 420 kal Yoğurtlu Karn. Hav. Kızartma / 300 kal Elma / 100 kal |
| 22.11.2018 Perşembe | Çay- Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin | Tavuk Döner – Pilav / 550 kal Mercimek Çorba / 180 kal Ayran / 90 kal | Etlı Nohut / 350 kal Sebzeli Bulgur Pilavı / 330 kal Yoğurt / 180 kal |
| 23.11.2018 Cuma | Çay- Şeker Yumurta Bal – Tereyağı | Patates Musakka / 250 kal Toyga Çorba / 180 kal Mevsim Salata / 100 kal | Tavuk Sarma – Pirinç Pilavı / 420 kal Domates Çorba / 180 kal Fındıklı Keşkül / 300 kal |
| 24.11.2018 Cumartesi | Çay- Şeker Beyaz Peynir Reçel – Siyah Zeytin | Dizme Köfte / 340 kal Şeh. Pirinç Pilavı / 330 kal Yoğurt / 180 kal | Etlı Türlü / 250 kal Peynirli Kol Böreği / 420 kal Kayısı Komposto / 180 kal |
| 25.11.2018 Pazar | Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin | Kıymalı Ispanak – Yoğurt / 300 kal Soslu Makarna / 320 kal Portakal / 100 kal | Tas Kebabı / 340 kal Şeh. Pirinç Pilavı / 330 kal Mevsim Salata / 100 kal |
| 26.11.2018 Pazartesi | Çay- Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı | Hasanpaşa Köfte – Bulgur Pilavı / 330 kal Mercimek Çorba / 180 kal Mevsim Salata / 100 kal | Mantı / 365 kal Köylü Çorba / 180 kal Şambalı / 400 kal |
| 27.11.2018 Salı | Çay- Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin | Kıymalı Karnabahar / 250 kal Soslu Makarna / 320 kal Ayva Tatlısı / 300 kal | Sebzeli Köfte / 320 kal Şeh. Pirinç Pilavı / 330 kal Ayran / 90 kal |
| 28.11.2018 Çarşamba | Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı | Tavuk Haşlama / 310 kal İç Pilav / 330 kal Mevsim Salata / 100 kal | Etlı Taze Fasulye / 250 kal Avcı Böreği / 420 kal Mandalina / 100 kal |
| 29.11.2018 Perşembe | Çay- Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin | Etlı Nohut / 350 kal Antep Pilavı / 330 kal Yoğurt / 180 kal | Tavuk Baget – Patates Salatası / 420 kal Alaca Çorba / 180 kal Puding / 300 kal |
| 30.11.2018 Cuma | Çay- Şeker Yumurta Bal – Tereyağı | Şehriyeli Güveç / 390 kal Yoğurtlu Karn. Hav. Kızartma / 300 kal Şekerpare / 400 kal | Kıymalı Ispanak – Yoğurt / 300 kal Cevizli Erişte / 380 kal Portakal / 100 kal |