

SAMSUN SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ
SAĞLIK TESİSLERİ TEMMUZ 2019 YEMEK LİSTESİ

Tarih	Kahvaltı	Öğle	Akşam
01.07.2019 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Etlı Bezelye/250 kal Şehriyeli Pirinç Pilavı /330 kal Yoğurt /180 kal	Tavuk Sarma-Kısır/ 550 kal Mercimek Çorbası / 180 kal Kemalpaşa Tatlısı/400 kal
02.07.2019 Salı	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Izgara Köfte – Piyaz /420 kal Şehriye Çorbası /180 kal Ayran /90 kal	Etlı Biber Dolma - Yoğurt / 430 kal Kaşarlı Domates Çorbası / 180 kal Kavun / 150 kal
03.07.2019 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı	Karnıyarak / 320 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 Kal	Tas Kebabı / 340 kal Köylü Çorbası / 180 kal Tulumba Tatlısı / 400 kal
04.07.2019 Perşembe	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Tavuk Sarma-Patates Salatası / 550 Kal Ezogelin Çorbası / 180 Kal Şambalı /400 Kal	Patlıcan Musakka / 320 Kal Sebzeli bulgur pilavı / 330 Kal Cacık /100 Kal
05.07.2019 Cuma	Çay-Şeker Yumurta Bal – Tereyağı	Etlı Taze Fasulye / 250 Kal Peynirli Gül Böreği / 420 Kal Karpuz / 150 Kal	İzmir Köfte / 420 Kal Yoğurtlu Karışık Kızartma / 300 Kal Cevizli Baklava /400 Kal
06.07.2019 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Şehriyeli Güveç / 390 Kal Mercimek Çorbası / 180 Kal Çoban Salata/ 100 Kal	Etlı Türlü / 250 Kal Cevizli Erişte / 330 Kal Yoğurt / 180 Kal
07.07.2019 Pazar	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	Patlıcan Musakka / 320 Kal Nohutlu Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 Kal	Tavuk Şinitzel – Makarna Salatası / 450 Kal Kaşarlı domates Çorbası / 180 Kal Kemalpaşa Tatlısı / 400 Kal
08.07.2019 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Izgara köfte -Bulgur Pilavı/420 kal Köylü Çorba /180 kal Çoban Salata/100 kal	Etlı bezelye / 250 Kal Cevizli Erişte / 330 Kal Yoğurt / 180 Kal
09.07.2019 Salı	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Etlı Biber Dolma - Yoğurt / 430 Kal Kaşarlı Domates Çorbası / 180 Kal Kavun / 150 Kal	Çoban Kavurma-Bulgur Pilavı / 550 Kal Şehriye Çorbası / 180 Kal Ayran / 90 Kal
10.07.2019 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı	Tavuk Sarma-Kısır / 550 Kal Mercimek Çorbası / 180 Kal Sütlaç/ 300 Kal	Etlı taze fasülye /250 kal Peynirli gül böreği /420 kal Karpuz /150 kal
11.07.2019 Perşembe	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Etlı Bezelye / 250 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı/ 330 Kal Yoğurt / 180 Kal	Orman Kebabı / 340 Kal Bulgur Pilavı / 330 Kal Çoban Salata / 100 Kal
12.07.2019 Cuma	Çay-Şeker Yumurta Bal – Tereyağı	İzmir Köfte / 420 Kal Yoğurtlu Karışık Kızartma / 300 Kal karpuz / 150 Kal	Patlıcan Musakka / 320 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 Kal
13.07.2019 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Etlı Türlü / 250 Kal Avcı Böreği / 420 Kal Yoğurt / 180 Kal	Çıtır Tavuk-Kısır / 550 Kal Şehriye Çorbası / 180 Kal Şambalı / 400 Kal
14.07.2019 Pazar	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	Izgara Köfte-Soslu Karışık Kız. / 440 Kal Mercimek Çorbası / 180 Kal Şeftali / 100 Kal	Etlı Bezelye / 250 Kal Soslu makarna / 320 Kal Ayran / 90 Kal
15.07.2019 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Karnıyarak / 320 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 Kal	Tas kebabı /340 kal Köylü Çorbası / 180 Kal Çoban Salata / 100 Kal

16.07.2019 Salı	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Tavuk Sarma – Makarna Salatası/550 Kal Domates Çorbası / 180 Kal Şambalı / 400 Kal	Etlı Türlü / 250 Kal Sebzeli Bulgur Pilavı / 330 Kal Yoğurt / 180 Kal
17.07.2019 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı	Etlı Biber Dolma – Yoğurt / 430 Kal Ezogelin Çorbası / 180 Kal Üzüm / 100 Kal	Dizme Köfte / 420 Kal Yayla Çorbası / 180 Kal İrmik helvası / 400 Kal
18.07.2019 Perşembe	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Pilavüstü et kavurma /550 kal Mercimek Çorbası / 180 Kal Tel Kadayıf / 400 Kal	Patlıcan Musakka / 320 Kal Antep Pilavı /330 Kal Cacık / 100 Kal
19.07.2019 Cuma	Çay-Şeker Yumurta Bal – Tereyağı	Etlı Taze Fasulye / 250 Kal Peynirli Gül Böreği / 420 Kal Kavun / 150 Kal	Tavuk Pirzola-Patates Sal. / 550 Kal Şehriye Çorbası / 180 Kal Sütlaç / 300 Kal
20.07.2019 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Kadınbudu Köfte - Pat. Püre / 550 Kal Tutmaç Çorbası / 180 Kal Şeftali / 100 Kal	Etlı Türlü / 250 Kal Peynirli erişte / 380 Kal Yoğurt / 180 Kal
21.07.2019 Pazar	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	Karnıyark / 320 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 Kal	Şehriyeli Güveç / 390 Kal Yoğ, Karışık Kızartma / 300 Kal Supangle / 300 Kal
22.07.2019 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Tavuk Sarma-Kısır / 550 Kal Kaşarlı Domates Çorbası / 180 Kal Cevizli Baklava / 400 Kal	Etlı Biber Dolma - Yoğurt / 430 Kal Mercimek Çorba (Kıtır Ekmek) / 180 Kal Karpuz / 150 Kal
23.07.2019 Salı	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Etlı Türlü / 250 Kal Peynirli Gül Böreği / 420 Kal Yoğurt / 180 Kal	İzmir Köfte/ 250 Kal Yoğurtlu Karışık Kızartma / 300 Kal Şambalı / 100 Kal
24.07.2019 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı	Çoban Kavurma-Bulgur Pilavı / 550 Kal Ezogelin Çorbası / 180 Kal Cacık / 100 Kal	Etlı Bezelye / 250 Kal Soslu Makarna / 320 Kal Kavun / 150 Kal
25.07.2019 Perşembe	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Patates Oturtma / 320 Kal Lebeniye Çorbası / 180 Kal Karpuz / 150 Kal	Çtır Tavuk- Kısır / 550 Kal Kaşarlı Domates Çorbası / 180 Kal Aşure / 400 Kal
26.07.2019 Cuma	Çay-Şeker Yumurta Bal – Tereyağı	Izgara Köfte-Soslu Karışık Kız./420 Kal Yayla Çorbası / 180 Kal Üzüm / 100 Kal	Etlı Taze Fasulye /250 kal Fırın makarna /390 kal Yoğurt /180 kal
27.07.2019 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Karnıyark /320 kal Şehriyeli Pirinç Pilavı/330 kal Cacık /100 kal	Çoban Kavurma-Bulgur Pilavı / 550 Kal Mercimek Çorba / 180 Kal Çoban Salata /100 kal
28.07.2019 Pazar	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	Tavuk Sarma-Rus Salatası / 550 Kal Şehriye Çorba / 180 Kal Revani / 400 Kal	Etlı Biber Dolma - Yoğurt / 430 Kal Kaşarlı Domates Çorba / 180 Kal Erik / 100 Kal
29.07.2019 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Etlı Taze Fasulye / 250 Kal Soslu Makarna / 320 Kal Karpuz / 150 Kal	İzmir Köfte / 420 Kal Yoğurtlu Karışık Kızartma / 300 Kal Şambalı / 400 Kal
30.07.2019 Salı	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	İslim köfte-bulgur pilavı/350 kal Ezogelin çorba /180 kal Ayran /90 kal	Etlı Türlü / 250 Kal Cevizli Erişte / 330 Kal Kavun / 150 Kal
31.07.2019 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı	Patates oturtma /320 kal Şehriyeli Pirinç Pilavı /330 kal Yoğurt /180 kal	Sebzeli Fırın tavuk / 350 kal Mercimek Çorba/180 kal Çoban Salata/100 kal