

SAMSUN SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ
SAĞLIK TESİSLERİ EYLÜL 2019 YEMEK LİSTESİ

TARİH	KAHVALTI	OGLE	AKŞAM
1.09.2019 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yeşil Zeytin	Patlıcan Musakka (320 kal) Bulgur Pilavı (330 kal) Cacık (90 kal)	Hasanpaşa Köfte/Pirinç Pilavı(500 kal) Tarhana Çorba (180 kal) Çoban Salata (100 kal)
2.09.2019 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peynir Tah. Pekmez-Siyah Zeytin	Tavuk Döner/Pilav (550 kal) Ezogelin Çorba (180 kal) Ayrın (90 kal)	Etlı Bezelye (300 kal) Peynirli Erişte (380 kal) Kavun (150 kal)
3.09.2019 SALI	Çay-Şeker Yumurta Reçel-Siyah Zeytin	Etlı Türölü (250 kal) Soslu Makarna (320 kal) Sütlaç (300 kal)	Salçalı Köfte (340 kal) Ym. Bulgur Pilavı (330 kal) Çoban Salata (100 kal)
4.09.2019 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Tahin Pekmez-Siyah Zeytin	Bostan Kebabı (350 kal) Köylü Çorba(180 kal) Karpuz (150 kal)	Patates Musakka (320 kal) Düğün Çorba (180 kal) Tulumba (500 kal)
5.09.2019 PERŞEMBE	Çay-Şeker Kaşar Peynir Bal-Tereyağı	Etlı Taze Fasülye (250 kal) Peynirli Gül Böreğı (420 kal) Kayısı Komposto (180 kal)	Fırın Tavuk /Bulgur Pilavı (400 kal) Mercimek Çorba (180 kal) Erik (100 kal)
6.09.2019 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Reçel-Tahin Pekmez	İzmir Köfte (350 kal) Toyga Çorba (180 kal) Kemalpaşa (400 kal)	Karnıyarık (320 kal) Şeh.Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (90 kal)
7.09.2019 CUMARTESİ	Süt Krem Peynir Krem Çikolata-Yeşil Zeytin	Mantı (365 kal) Ezogelin Çorba (180 kal) Çoban Salata (100 kal)	Et Sote/Pilav (420 kal) Şehriye Çorba (180 kal) Ayrın (90 kal)
8.09.2019 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Bal-Tereyağı	Yörem Kebabı (420 kal) Alaca Çorba (180 kal) Üzüm (100 kal)	Etlı Kuru Fasülye (350 kal) Mısırlı Pirinç Pilavı(330 kal) Cacık (90 kal)
9.09.2019 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Tahin Pekmez-Siyah Zeytin	Etlı Biber Dolma/Yoğurt(300 kal) Mercimek Çorba (320 kal) Karpuz(100 kal)	Izgara Köfte/Soslu Pat. Cips Sebze Çorba (180 kal) Revani (400 kal)
10.09.2019 SALI	Çay-Şeker Yumurta Reçel-Siyah Zeytin	Şehriyeli Güveç (390 kal) Yoğurtlu Karışık Kızartma (300 kal) Üzüm (100 kal)	Patlıcan Musakka (320 kal) Özbek Pilav (330 kal) Cacık (90 kal)
11.09.2019 ÇARŞAMBA	Süt Kaşar Peyniri Bal-Tereyağı	Etlı Türölü (350 kal) Bulgur Pilavı (330 kal) Ayrın (90 kal)	Sebzeli Fırın Tavuk (350 kal) Şehriye Çorba (180 kal) Şeftali (100 kal)
12.09.2019 PERŞEMBE	Çay-Şeker Beyaz Peynir Tahin Pekmez-Siyah Zeytin	Kadınbudu Köfte/Patates Salatası (450 kal) Ezogelin Çorba (180 kal) Kavun (150 kal)	Etlı Taze Fasülye (250 kal) Soslu Makarna (320 kal) Cacık (90 kal)
13.09.2019 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Reçel-Tereyağı	Etlı Bezelye(250 kal) Peynirli Erişte(380 kal) Keşkül (300 kal)	Patlıcan Kebabı (350 kal) Şeh. Pirinç Pilavı (330 kal) Çoban Salata (100 kal)
14.09.2019 CUMARTESİ	Süt Krem Peynir Krem Çikolata-Yeşil Zeytin	Tavuk Sote (400 kal) İç Pilav (330 kal) Cacık (90 kal)	Patates Oturtma (320 kal) Yayla Çorba (180 kal) Üzüm (100 kal)
15.09.2019 PAZAR	Çay-Şeker Yumurta Bal-Tereyağı	Etlı Türölü (250 kal) Fırın Makarna (420 kal) Elma Komposto (180 kal)	Rosto Köfte/Pat.Püresi (350 kal) Domates Çorba (180 kal) Şambalı (400 kal)

16.09.2019 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Krem Helva-Siyah Zeytin	Izgara Köfte/Yoğ.Kuskus (430 kal) Tarhana Çorba (180 kal) Tulumba (500 kal)	Etlı Kuru Fasülye (350 kal) Şeh.Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (90 kal)
17.09.2019 SALI	Çay-Şeker Yumurta Reçel-Yeşil Zeytin	Karnıyarak (320 kal) Seb.Bulgur Pilavı (330 kal) Ayran (90 kal)	Çoban Kavurma/Pilav (550 kal) Şehriye Çorba (180 kal) Kemalpaşa (400 kal)
18.09.2019 ÇARŞAMBA	Süt Krem Peynir Bal-Tereyağ	Tavuk Sarma/Kısır (420 kal) Köylü Çorba(180 kal) Yoğurt (180 kal)	Etlı Karışık Dolma/Yoğurt (430 kal) Kıtır Ekmekli Mercimek Çorba (180 kal) Karpuz (150 kal)
19.09.2019 PERŞEMBE	Çay-Şeker Beyaz Peynir Tahin Pekmez-Siyah Zeytin	Etlı Bezelye (250 kal) Peynirli Erişte (380 kal) Kayısı Komposto (180 kal)	Terbiyeli Tavuk Haşlama (310 kal) İç Pilav (330 kal) Çoban Salata (100 kal)
20.09.2019 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Reçel-Siyah Zeytin	Soslu Mitit Köfte/Küp Patates (450 kal) Ezogelin Çorba (320 kal) Cevizli Baklava (400 kal)	Etlı Nohut (350 kal) Sebzeli Bulgur Pilavı (330 kal) Ayran (90 kal)
21.09.2019 CUMARTESİ	Süt Krem Peynir Krem Çikolata-Yeşil Zeytin	Etlı Taze Fasülye (250 kal) Peynirli Gül Böreği (420 kal) Elma Komposto (180 kal)	Şehriyeli Güveç (390 kal) Yoğ. Karışık Kızartma (300 kal) Kakaolu Puding (300 kal)
22.09.2019 PAZAR	Çay-Şeker Siyah Zeytin Bal-Tereyağ	Hasanpaşa Köfte/Bulgur pilavı (550 kal) Mercimek Çorba (180 kal) Çoban Salata (100 kal)	Patlıcan Musakka (320 kal) Şeh.Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (90 kal)
23.09.2019 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Krem Çikolata-Siyah Zeytin	Etlı Türü (250 kal) Peynirli Makarna (380 kal) Kavun (150 kal)	Sebzeli Tavuk/Pilav (400 kal) Ezogelin Çorba (180 kal) Tulumba (500 kal)
24.09.2019 SALI	Çay-Şeker Yumurta Reçel-Yeşil Zeytin	Et Döner/Pirinç pilavı (550 kal) Kıtır ek.mercimek Çorba (180 kal) Ayran (90 kal)	Etlı Taze Fasülye (250 kal) Peynirli Makarna (380 kal) Karpuz (150 kal)
25.09.2019 ÇARŞAMBA	Süt Siyah Zeytin Bal-Tereyağ	Etlı Karışık Dolma/Yoğurt(300 kal) Cevizli Erişte (380 kal) Üzüm Komposto (180 kal)	Karışık Izgara/Kısır (400 kal) Tavuk S. Şeh. Çorba (180 kal) Kemalpaşa (400 kal)
26.09.2019 PERŞEMBE	Çay-Şeker Beyaz Peynir Tahin Pekmez-Siyah Zeytin	Sebzeli Fırın Tavuk (350 kal) Toyg Çorba (180 kal) Çoban Salata (100 kal)	Karnıyarak (320 kal) Şeh. Pirinç Pilavı (330 kal) Cacık (90 kal)
27.09.2019 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Reçel-Siyah Zeytin	Etlı Bezelye (250 kal) Peynirli Kol Böreği (420 kal) Ayran (90 kal)	İzmir Köfte (350 kal) Cevizli Erişte (330 kal) Kakaolu Puding (300 kal)
28.09.2019 CUMARTESİ	Süt Krem Peynir Krem Çikolata-Yeşil Zeytin	Kadınbudu Köfte/Patates Salatası (450kal) Kıtır Ekmekli Mercimek Çorba (180 kal) Şeftali (400 kal)	Etlı Kuru Fasülye (350 kal) Şeh. Pirinç Pilavı (320 kal) Cacık (90 kal)
29.09.2019 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Bal-Tereyağ	Etlı Türü (250 kal) Peynirli Erişte (380 kal) Kemalpaşa (330 kal)	Tavuk Sote (400 kal) Antep Pilavı (330 kal) Çoban Salata (100 kal)
30.09.2019 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Tah. Pekmez-Siyah Zeytin	Sebzeli Köfte (350 kal) Soslu Makarna (320 kal) Cacık (90 kal)	Etlı Biber Dolma/Yoğurt (430 kal) Domates Çorba (180 kal) Üzüm (100 kal)