

SAMSUN SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ
SAĞLIK TESİSLERİ AĞUSTOS 2020 YEMEK LİSTESİ

Tarih	Kahvaltı	Öğle	Akşam
01.08.2020 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Tavuk Sarma-Kısır / 550 Kal Sebze Çorbası / 180 Kal Şekerpare / 400 Kal	Etli Taze Fasulye / 250 Kal Soslu Makarna / 320 Kal Şeftali / 150 kal
02.08.2020 Pazar	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	Karniyarık / 320 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 Kal	Fırın Köfte /550 Kal Sebzeli Bulgur Pilavı / 330 Kal Çoban Salata /100 Kal
03.08.2020 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Orman Kebabı / 340 Kal Köylü Çorba / 180 Kal Revani / 400 Kal	Etli biber dolma-Yoğurt / 430 Kal Domates Çorba / 180 Kal Erik / 150 Kal
04.08.2020 Salı	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Etli Bezelye / 250 Kal Antep Pilavı / 330 Kal Yoğurt / 180 Kal	Çtır Tavuk-Rus salatası / 550 Kal Tutmaç Çorba / 180 Kal Kemalpaşa Tatlısı / 400 Kal
05.08.2020 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı	Çeltik Köfte / 420 Kal Mercimek Çorbası / 180 Kal Çoban Salata / 100 Kal	Karniyarık / 320 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 Kal
06.08.2020 Perşembe	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Etli Taze Fasulye / 250 Kal Peynirli Milföy Böreği / 420 Kal Kavun / 150 Kal	Tavuk Sarma-Makarna Salatası / 550 Kal Sebze Çorba / 180 Kal Sütlaç / 300 Kal
07.08.2020 Cuma	Çay-Şeker Yumurta Bal – Tereyağı	Et Döner-Pilav / 550 Kal Ezogelin Çorbası / 180 Kal Ayran / 90 Kal	Etli biber dolma-Yoğurt / 430 Kal Domates Çorba /180 Kal Şeftali / 150 Kal
08.08.2020 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Etli Türlü / 250 Kal Mercimek Çorbası / 180 Kal Şambali / 400 Kal	Karışık Izgara-Sebze Söğüş / 300 Kal Şehriye Çorbası / 180 Kal Karpuz /150 kal
09.08.2020 Pazar	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	İzmir Köfte / 420 Kal Yayla Çorba / 180 Kal Çoban salata / 100 Kal	Patlıcan Musakka / 320 Kal Antep Pilavı / 330 Kal Ayran / 90 Kal
10.08.2020 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Etli Nohut / 350 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Yoğurt / 180 Kal	Tavuk Şinitzel-Rus Salatası / 550 Kal Alaca Çorba / Kal Supangle / 300 Kal
11.08.2020 Salı	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Şehriyeli Güveç / 390 Kal Yoğurtlu Karışık Kızartma / 300 Kal Kalburabastı / 400 Kal	Etli Taze Fasulye / 350 Kal Fırın Makarna / 390 Kal Yoğurt / 180 Kal
12.08.2020 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı	Etli Biber Dolma- Yoğurt / 430 Kal Tarhana Çorba / 180 Kal Şeftali / 150 Kal	Mititi Köfte / 420 Kal Kaşarlı Domates Çorbası / 320 Kal Karpuz / 150 kal
13.08.2020 Perşembe	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Tavuk Sarma-Rus Salatası / 400 Kal Alaca Çorba / 180 Kal Şekerpare / 400 Kal	Etli Bezelye / 250 Kal Bulgur Pilavı / 330 Kal Yoğurt / 180 Kal
14.08.2020 Cuma	Çay-Şeker Yumurta Bal – Tereyağı	Etli Taze Fasulye / 250 Kal Cevizli Erişte / 380 Kal Kavun / 150 Kal	Sebzeli Fırın Baget / 350 Kal Mercimek Çorba / 180 Kal Fıstıklı İrmik Helvası / 400 Kal
15.08.2020 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Rosto Köfte - Püre /550 Kal Ezogelin Çorbası / 180 Kal Mevsim Salata / 100 Kal	Etli Biber Dolma-Yoğurt / 430 Kal Tarhana Çorbası / 180 Kal Erik / 150 Kal
16.08.2020 Pazar	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	Patates Oturtma / 320 Kal Düğün Çorba / 100 Kal Karpuz / 150 Kal	Tavuk Kavurma-Antep Pilavı/ 450 Kal Domates Çorba /180 Kal Ayran / 90 Kal
17.08.2020 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Hasanpaşa Köfte-P. Pilavı/420 Kal Sebze Çorbası / 180 Kal Üzüm / 100 Kal	Etli Türlü / 250 Kal Avcı Böreği / 420 Kal Karışık Komposto / 180 Kal
18.08.2020 Salı	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Etli Taze Fasulye / 250 Kal Soslu Makarna / 320 Kal Yoğurt / 180 kal	Orman Kebabı / 340 Kal Tutmaç Çorba / 180 Kal Supangle / 300 Kal
19.08.2020 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı	Tavuk Döner-Pilav /550 Kal Şehriye Çorba / 180 Kal Ayran / 90 kal	Etli Biber Dolma-Yoğurt /250 Kal Tarhana Çorbası / 180 Kal Kavun / 100 Kal
20.08.2020 Perşembe	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Patlıcan Musakka / 320 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 kal	İzmir Köfte / 550 Kal Mercimek Çorba (Kıtır Ekmek) / 180 Kal Çoban Salata / 100 kal

21.08.2020 Cuma	Çay-Şeker Yumurta Bal – Tereyağı	Tavuk Sarma-Makarna Salatası / 550 Kal Sebze Çorba / 180 kal Kalburabastı / 400 Kal	Karniyarik / 320 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 Kal
22.08.2020 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Kabak Graten / 300 Kal Ezogelin çorba / 180 kal Şeftali / 150 Kal	Çoban Kavurma-Bulgur Pilavı/ 550 Kal Alaca Çorba / 180 Kal Kavun / 150 Kal
23.08.2020 Pazar	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	Izgara Köfte-Soslu Biber Kızartma/440 Kal Tarhana Çorba / 180 Kal Cacık /100 kal	Etlı Türlü / 250 Kal Cevizli Erişte / 330 Kal Çoban Salata /100 kal
24.08.2020 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Etlı Taze Fasulye / 250 Kal Soslu Makarna / 320 Kal Yoğurt /180 kal	Tavuk Pirzola - Patates Salatası / 550 Kal Köylü Çorba / 180 Kal Karpuz / 150 Kal
25.08.2020 Salı	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez – Siyah Zeytin	Şehriyeli Güveç / 390 kal Yoğurtlu Karışık Kızartma / 300 Kal Üzüm / 100 Kal	Etlı Bezelye / 250 Kal Şehriyeli Pirinç Pilavı / 330 Kal Cacık / 100 Kal
26.08.2020 Çarşamba	Süt Beyaz Peynir Reçel – Tereyağı	Etlı Biber Dolma-Yoğurt / 250 Kal Şehriye Çorba / 180 Kal Revani / 400 Kal	Dizme Köfte / 420 Kal Tarhana Çorbası / 180 Kal Şeftali / 100 Kal
27.08.2020 Perşembe	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata – Yeşil Zeytin	Çıtır Tavuk-Rus Salatası / 550 Kal Ezogelin Çorba / 180 Kal Dondurmalı İrmik Helvası / 400 Kal	Etlı Kuru Fasulye / 350 Kal Pirinç Pilavı / 330 Kal Ayrıan / 90 kal
28.08.2020 Cuma	Çay-Şeker Yumurta Bal – Tereyağı	Etlı Türlü / 250 Kal Alaca Çorba / 180 kal Kavun / 150 Kal	Et Sote-Sebzeli Bulgur Pilavı / 420 Kal Mercimek Çorba / 180 Kal Çoban Salata / 100 kal
29.08.2020 Cumartesi	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva – Siyah Zeytin	Fırın Köfte / 420 Kal Yayla Çorba / 180 Kal Şekerpare / 400 Kal	Etlı Taze Fasulye / 250 Kal Peynirli Milföy Böreği / 330 kal Karpuz / 150 Kal
30.08.2020 Pazar	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	Etlı Nohut / 250 Kal Antep Pilavı / 330 Kal Ayrıan / 90 kal	Tavuk Şinitzel-Rus Salatası / 400 Kal Ezogelin Çorbası / 180 Kal Sütlaç / 300 Kal
31.08.2020 Pazartesi	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal – Tereyağı	Hasanpaşa Köfte-Bulgur Pilavı /420 Kal Kaşarlı Domates Çorbası / 180 Kal Üzüm / 100 Kal	Etlı Bezelye / 250 Kal Peynirli Makarna / 330 Kal Yoğurt / 180 Kal