

SAMSUN SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ
SAĞLIK TESİSLERİ MAYIS 2021 YEMEK LİSTESİ

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE	AKŞAM
1.05.2021 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva-Siyah Zeytin	PATATES OTURTMA (320 Kal) TUTMAÇ ÇORBA (180 Kal) MEYVE (100 Kal)	SEBZELİ KÖFTE (340 Kal) PEYNİRLİ MAKARNA (320 Kal) KAYISI HOŞAFI (180 Kal)
2.05.2021 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yeşil Zeytin	TAVUK KAVURMA/PİLAV (400 Kal) MERCİMEK ÇORBA (180 Kal) AYRAN (90 Kal)	ETLİ BEZELYE (250 Kal) BULGUR PİLAVI (330 Kal) CACIK (100 Kal)
3.05.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peynir Bal-Tereyağı	ETLİ TÜRLÜ (250 Kal) CEVİZLİ ERİŞTE (380 Kal) MEYVE (100 Kal)	ANKARA TAVA (350 Kal) DOMATES ÇORBA (180 Kal) KAZANDİBİ (300 Kal)
4.05.2021 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez-Siyah Zeytin	İZMİR KÖFTE (340 Kal) TARHANA ÇORBA (180 Kal) MEVSİM SALATA (100 Kal)	ETLİ TAZE FASULYE (250 Kal) PEYNİRLİ GÜL BÖREĞİ (420 Kal) ÜZÜM HOŞAFI (180 Kal)
5.05.2021 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	KARNİYARIK (350 Kal) PİRİNÇ PİLAVI (330 Kal) CACIK (100 Kal)	TAVUK PİRZOLA/B.PİLAVI (400 Kal) ŞEHRİYE ÇORBA (180 Kal) MEVSİM SALATASI (100 Kal)
6.05.2021 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata-Yeşil Zeytin	ORMAN KEBABI (350 Kal) EZOGELİN ÇORBA (180 Kal) ŞEKERPARE (400 Kal)	KABAK OGRATEN (340 Kal) PİRİNÇ ÇORBASI (180 Kal) MEYVE (100 Kal)
7.05.2021 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Tereyağı	ETLİ KURUFASULYE (350 Kal) ŞEH.PİRİNÇ PİLAVI (330 Kal) YOĞURT (180 Kal)	HASANPAŞA KÖFTE/BULGUR PİLAVI (400 Kal) SEBZE ÇORBA (180 Kal) KEMALPAŞA TATLISI (400 Kal)
8.05.2021 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva-Siyah Zeytin	MANTARLI TAVUK SOTE (400 Kal) ÖZBEK PİLAVI (330 Kal) MEVSİM SALATA (100 Kal)	ETLİ TÜRLÜ (250 Kal) SOSLU MAKARNA (320 Kal) AYRAN (90 Kal)
9.05.2021 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yeşil Zeytin	MANTI (YOĞURT) (420 Kal) Z.YAĞLI BARBUNYA (320 Kal) MEYVE (100 Kal)	ÇOBAN KAVURMA/B.PİLAVI (500 Kal) YAYLA ÇORBA (180 Kal) REVANİ (400 Kal)
10.05.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-Tereyağı	KITIR EKMEKLİ KÖFTE/YOĞURT (340 Kal) ŞEHRİYE ÇORBA (180 Kal) SUPANGLE (300 Kal)	PATATES OTURTMA (320 Kal) TARHANA ÇORBA (180 Kal) MEVSİM SALATA (100 Kal)
11.05.2021 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez-Siyah Zeytin	ETLİ BEZELYE (250 Kal) ANTEP PİLAVI (330 Kal) CACIK (100 Kal)	ET DÖNER/P.PİLAVI (550 Kal) MERCİMEK ÇORBA (180 Kal) AYRAN (90 Kal)
12.05.2021 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Yeşil Zeytin	TAVUK ŞİŞ/RUS SALATASI (400 Kal) EZOGELİN ÇORBA (180 Kal) ŞEKERPARE (400 Kal)	ETLİ TAZE FASULYE (250 Kal) CEVİZLİ ERİŞTE (380 Kal) MEYVE (100 Kal)
13.05.2021 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata-Yeşil Zeytin	PATLICAN MUSAKKA (250 Kal) ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI (330 Kal) YOĞURT (180 Kal)	İZMİR KÖFTE (340 Kal) KÖYLÜ ÇORBA (180 Kal) F.SÜTLAÇ (300 Kal)
14.05.2021 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Tereyağı	ŞEHRİYELİ GÜVEÇ (390 Kal) KARIŞIK KIZARTMA (YOĞURT) (300 Kal) MEYVE (100 Kal)	ETLİ NOHUT (350 Kal) BULGUR PİLAVI (330 Kal) MEVSİM SALATA (100 Kal)
15.05.2021 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva-Siyah Zeytin	ETLİ TÜRLÜ (250 Kal) PEYNİRLİ MİLFÖY BÖREĞİ (420 Kal) KARIŞIK KOMPOSTO (180 Kal)	TAVUK BAGET/PATATES SALATASI (400 Kal) YAYLA ÇORBA (180 Kal) MEYVE (100 Kal)
16.05.2021 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yeşil Zeytin	KADINBUDU KÖFTE/PÜRE (400 Kal) DOMATES ÇORBASI (180 Kal) ŞAMBALİ (400 Kal)	KABAK MUSAKKA (300 Kal) CEVİZLİ ERİŞTE (380 Kal) YOĞURT (180 Kal)

17.05.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-Tereyağ	ETLİ KURUFASULYE (350 Kal) PİRİNÇ PİLAVI (330 Kal) CACIK (100 Kal)	PATLICAN KEBABI (350 Kal) SOSLU MAKARNA (320 Kal) KAYISI KOMPOSTO (180 Kal)
18.05.2021 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez-Siyah Zeytin	TAVUK DÖNER/PİRİNÇ PİLAVI (400 Kal) MERCİMEK ÇORBA (180 Kal) AYRAN (90 Kal)	ETLİ PATATES (350 Kal) KÖYLÜ ÇORBA (180 Kal) MEVSİM SALATA (100 Kal)
19.05.2021 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Tereyağı	ETLİ BİBER DOLMASI (YOĞURT) (380 Kal) DOMATES ÇORBA (180 Kal) ŞEKERPARE (400 Kal)	ÇİFTLİK KÖFTE (340 Kal) CEVİZLİ ERİŞTE (380 Kal) MEYVE (100 Kal)
20.05.2021 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata-Yeşil Zeytin	BAHÇEVAN KABABI (350 Kal) KÖYLÜ ÇORBA (180 Kal) MEYVE (100 Kal)	ETLİ BEZELYE (250 Kal) ANTEP PİLAVI (330 Kal) ETİMEK TATLISI (400 Kal)
21.05.2021 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Tereyağı	ETLİ TAZE FASULYE (250 Kal) PEYNİRLİ GÜL BÖREĞİ (420 Kal) KARIŞIK KOMPOSTO (180 Kal)	TAVUK SOTE (300 Kal) PİRİNÇ PİLAVI (330 Kal) YOĞURT (180 Kal)
22.05.2021 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva-Siyah Zeytin	DALYAN KÖFTE/PÜRE (400 Kal) YAYLA ÇORBA (180 Kal) MEVSİM SALATA (100 Kal)	ETLİ TÜRLÜ (250 Kal) FIRIN MAKARNA (320 Kal) MEYVE (100 Kal)
23.05.2021 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yeşil Zeytin	KARNİYARIK (350 Kal) ŞEH. PİRİNÇ PİLAVI (330 Kal) CACIK (100 Kal)	ET KAVURMA/B.PİLAVI (500 Kal) TARHANA ÇORBASI (180 Kal) KEŞKÜL (300 Kal)
24.05.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-Tereyağ	SEBZELİ FIRIN TAVUK (260 Kal) BUĞDAY ÇORBA (180 Kal) MEYVE (100 Kal)	ETLİ NOHUT (350 Kal) BULGUR PİLAVI (330 Kal) YOĞURT (180 Kal)
25.05.2021 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tahin Pekmez-Siyah Zeytin	PATATES OTURTMA (320 Kal) MANTAR ÇORBASI (180 Kal) REVANİ (400 Kal)	SALÇALI KÖFTE/SPAGETTİ (400 Kal) YAYLA ÇORBA (180 Kal) MEVSİM SALATA (100 Kal)
26.05.2021 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-Tereyağ	ET DÖNER/PİLAV (550 Kal) EZOGELİN ÇORBA (180 Kal) AYRAN (90 Kal)	ETLİ BİBER DOLMA/YOĞURT (380 Kal) DOMATES ÇORBASI (180 Kal) KEMALPAŞA TATLISI (400 Kal)
27.05.2021 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Krem Çikolata-Yeşil Zeytin	ETLİ TAZE FASULYE (250 Kal) PEYNİRLİ MİLFÖY BÖREĞİ (420 Kal) KAYISI KOMPOSTO (180 Kal)	TERBİYELİ TAVUK HAŞLAMA (300 Kal) NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI (330 Kal) MEYVE (100 Kal)
28.05.2021 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-Tereyağı	IZGARA KÖFTE/MAKARNA SALATASI (400 Kal) MERCİMEK ÇORBA (180 Kal) ETİMEK TATLISI (400 Kal)	ETLİ TÜRLÜ (250 Kal) PEYNİRLİ ERİŞTE (380 Kal) YOĞURT (180 Kal)
29.05.2021 CUMARTESİ	Süt Kaşar Peyniri Krem Helva-Siyah Zeytin	PATLICAN MUSAKKA (250 Kal) PİRİNÇ PİLAVI (330 Kal) CACIK (100 Kal)	PÜRELİ KEBAP (500 Kal) TARHANA ÇORBA (180 Kal) ŞAMBALİ (400 Kal)
30.05.2021 PAZAR	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-Yeşil Zeytin	TAVUK PİRZOLA /YOĞ. KUSKUS SALATA (450 Kal) EZOGELİN ÇORBA (180 Kal) MEYVE (100 Kal)	ETLİ BEZELYE (250 Kal) BULGUR PİLAVI (330 Kal) AYRAN (90 Kal)
31.05.2021 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-Tereyağ	ETLİ BİBER DOLMASI/YOĞURT (380 Kal) KÖYLÜ ÇORBA (180 Kal) SUPANGLE (300 Kal)	İZMİR KÖFTE (340 Kal) YAYLA ÇORBA (180 Kal) MEVSİM SALATA (100 Kal)