

**SAMSUN İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ**  
**SAĞLIK TESİSLERİ ARALIK 2018 YEMEK LİSTESİ**

	<b>KAHVALTI</b>	<b>ÖĞLE</b>	<b>AKŞAM</b>
1.12.2018 CUMARTESİ	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-S.Zeytin	Etlü Türlü(250kal) Sebzeli Bulgur Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Çiftlik Köfte(350kal) Ezogelin Çorba(180kal) İrmik Helvası(400kal)
2.12.2018 PAZAR	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva-S.Zeytin	Tavuk Pirzola/Pat.Salatası(400kal) Şehriye Çorbası(180kal) Supangle(300kal)	Etlü Bezelye(250kal) Soslu Makarna(320kal) Mandalina(100kal)
3.12.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-T.Yağ	Etlü Kuru Fasulye(350kal) Şeh.Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Kaşarlı Köfte/Bulgur Pil.(400kal) Alaca Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
4.12.2018 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tah.Pek-S.Zeytin	Tavuk Şiş/Havuç Tarator(400kal) Mercimek Çorbası(180kal) Kabak Tatlısı(300kal)	Kıymalı Karnabahar(250kal) Peynirli Gül Böreği(420kal) Ayrar(90kal)
5.12.2018 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-T.Yağ	Kıymalı Ispanak/Yoğ.(300kal) Cevizli Erişte(380kal) Portakal(100kal)	Dizme Köfte(350kal) Toyga Çorba(180kal) Revani(400kal)
6.12.2018 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr.Çikolata-Y.Zeytin	Et Döner/Pilav(550kal) Sebze Çorbası(180kal) Ayrar(90kal)	Etlü Taze Fasulye(250kal) Fırın Makarna(350kal) Elma(100kal)
7.12.2018 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-T.Yağ	Etlü Bezelye(250kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Tavuk Sinitzell/Makar.Sal.(420kal) Ezogelin Çorba(180kal) Kemalpaşa(400kal)
8.12.2018 CUMARTESİ	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-S.Zeytin	Mititi Köfte/Küp Patates(550kal) Mercimek Çorbası(180kal) Sütlaç(300kal)	Etlü Nohut(350kal) Antep Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)
9.12.2018 PAZAR	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva-S.Zeytin	Patates Oturtma(320kal) Toyga Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)	Şehriyeli Güveç(390kal) KarnabaharHavuç Kız./Yoğ.(300kal) Elma(100kal)
10.12.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-T.Yağ	Tavuk Haşlama(310kal) İç Pilav(330kal) Yoğurt(180kal)	Kıymalı Ispanak/Yoğ.(300kal) Soslu Makarna(320kal) Şekerpare(400kal)
11.12.2018 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tah.Pek-S.Zeytin	Kıymalı Karnabahar(250kal) Peynirli Kol Böreği(420kal) Ayva Komposto(180kal)	İzmir Köfte(420kal) Köylü Çorba(180kal) Mandalina(100kal)
12.12.2018 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-T.Yağ	Kadınbudu Köfte/Pat.Kavur.(480kal) Ezogelin Çorba(180kal) Revani(400kal)	Etlü Türlü(250kal) Peynirli Erişte(380kal) Ayrar(90kal)
13.12.2018 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr.Çikolata-Y.Zeytin	Etlü Nohut(350kal) Şeh.Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Tavuk Pirzola/Kısır(420kal) Sebze Çorbası(180kal) Tel Kadayıf(400kal)
14.12.2018 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-T.Yağ	Kağıt Kebabı(400kal) Toyga Çorbası(180kal) Fındıklı Baklava(500kal)	Etlü Bezelye(250kal) Fırın Makarna(350kal) Karışık Komposto(180kal)
15.12.2018 CUMARTESİ	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-S.Zeytin	Etlü Taze Fasulye(250kal) Sebzeli Bulgur Pilavı(330kal) Ayrar(90kal)	Çiftlik Köfte(350kal) Mercimek Çorba(180kal) Şambali(400kal)
16.12.2018 PAZAR	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva-S.Zeytin	Sebzeli Fırın Tavuk(350kal) Alaca Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)	Kıymalı Kapuska(250kal) Soslu Makarna(320kal) Mandalina(100kal)
17.12.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-T.Yağ	Etlü Türlü(250kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Tas Kebabı(350kal) Toyga Çorba(180kal) Kemalpaşa (400kal)

18.12.2018 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tah.Pek-S.Zeytin	Hasanpaşa Köfte/Bulgur Pilav(400kal) Mercimek Çorbası(180kal) Kabak Tatlısı(300kal)	Mantı(365kal) Zyt.Barbunya(250kal) Elma(100kal)
19.12.2018 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-T.Yağ	Kıymalı Ispanak(Yoğ.)(300kal) Fırın Makarna(350kal) Portakal(100kal)	Şehriyeli Güveç(390kal) Karnab.Havuç Kız./Yoğ.(300kal) Tulumba(500kal)
20.12.2018 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr.Çikolata-Y.Zeytin	Tavuk Döner/Pilav(550kal) Sebze Çorba(180kal) Ayran(90kal)	Kıymalı Karnabahar(250kal) Cevizli Erişte(380kal) Kayısı Komposto(180kal)
21.12.2018 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-T.Yağ	Etili Kurufasulye(350kal) Antep Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Izgara Köfte/Makarna.(550kal) Şehriye Çorba(180kal) Mandalina(100kal)
22.12.2018 CUMARTESİ	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-S.Zeytin	Çoban Kavurma/Pilav(550kal) Ezogelin Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)	Etili Taze Fasulye(250kal) Patatesli Gül Böreği(420kal) Portakal(100kal)
23.12.2018 PAZAR	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva-S.Zeytin	Etili Bezelye(250kal) Soslu Makarna(320kal) Yoğurt(180kal)	Tavuk Pirzola/Kısır(420kal) Mercimek Çorbası Keşkül(300kal)
24.12.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-T.Yağ	İzmir Köfte(420kal) KarnabaharHavuç Kız./Yoğ.(300kal) İrmik Helvası(400kal)	Kıymalı Ispanak/yoğ(300kal) Soslu Makarna(320kal) Elma(100kal)
25.12.2018 SALI	Çay-Şeker Yumurta Tah.Pek-S.Zeytin	Etili Nohut(350kal) Şehriyeli Pirinç Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)	Et Sote/Bulgur Pilavı(550kal) Domates Çorbası(180kal) Mevsim Salata(100kal)
26.12.2018 ÇARŞAMBA	Süt Beyaz Peynir Reçel-T.Yağ	Tavuk Sarma/Pat. Salatası(400kal) Ezogelin Çorba(180kal) Cevizli Ayva Tatlısı(300kal)	Etili Taze Fasulye(250kal) Kıymalı Kol Böreği(420kal) Yoğurt(180kal)
27.12.2018 PERŞEMBE	Çay-Şeker Krem Peynir Kr.Çikolata-Y.Zeytin	Etili Bezelye(250kal) Fırın Makarna(350kal) Mandalina(100kal)	Izgara Köfte/Patates Kız.(550kal) Köylü Çorba(180kal) Mevsim Salata(100kal)
28.12.2018 CUMA	Çay-Şeker Yumurta Bal-T.Yağ	Et Döner/Pilav(550kal) Mercimek Çorbası(180kal) Ayran(90kal)	Etili Türlü(250kal) Cevizli Erişte(380kal) Portakal(100kal)
29.12.2018 CUMARTESİ	Çay-Şeker Beyaz Peynir Reçel-S.Zeytin	Kıymalı Karnabahar(250kal) Soslu Makarna(320kal) Karışık Komposto(180kal)	Tavuk Haşlama(310kal) İç Pilav(330kal) Mevsim Salata(100kal)
30.12.2018 PAZAR	Süt Kaşar Peyniri Kr.Helva-S.Zeytin	Kaşarlı Köfte/Bulgur Pil.(400kal) Toyga Çorbası(180kal) Elma(100kal)	Etili Kuru Fasulye(350kal) Antep Pilavı(330kal) Yoğurt(180kal)
31.12.2018 PAZARTESİ	Çay-Şeker Kaşar Peyniri Bal-T.Yağ	Kıymalı Ispanak(Yoğ.)(300kal) Peynirli Erişte(380kal) Şekerpare(400kal)	Dalyan Köfte-püre (450kal) Alaca Çorba(180kal) Mandalina(100 kal )