

KASTAMONU VALİLİĞİ  
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ  
2018 ŞUBAT AYI YEMEK LİSTESİ

TARİH	KAHVALTI	ÖĞLE YEMEĞİ	AKŞAM YEMEĞİ
01.02.2018 PERŞEMBE	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN BAL, TEREYAĞ	ETLİ NOHUT YEMEĞİ SEBZELİ BULGUR PİLAVI TURŞU+AYRAN	ŞEHRİYE ÇORBASI ETLİ TAZE FASULYE MUZ
02.02.2018 CUMA	ÇAY, BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN FINDIKLI ÇİKOLATA KREMASI	EZOĞELİN ÇORBA TAVUK ŞİNİTZEL+PAT. SALATASI REVANİ	KIYMALI İSPANAK YEMEĞİ SOSLU MAKARNA YOĞURT
03.02.2018 CUMARTESİ	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN REÇEL, TEREYAĞ	PATLICAN KEBABI PİRİNÇ PİLAVI CACIK	MİSKET KÖFTE SU BÖREĞİ VIŞNE KOMPOSTO
04.02.2018 PAZAR	ÇAY, KREM PEYNİR SİYAH ZEYTİN FINDIKLI ÇİKOLATA KREMASI	YOĞURTLU ETLİ MANTI ZYT.BARBUNYA PORTAKAL	KIYMALI TARHANA ÇORBA TAVUK SOTE MEVSİM SALATA
05.02.2018 PAZARTESİ	ÇAY, BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL, TEREYAĞ	KREMALI MANTAR ÇORBA ETLİ BEZELYE YEMEĞİ CEVİZLİ BAKLAVA	KIY.YEŞİL MERCİMEK YEMEĞİ PATATESLİ KOL BÖREĞİ TURŞU+AYRAN
06.02.2018 SALI	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN REÇEL, TEREYAĞ	ETLİ KURU FASULYE ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI CACIK	ETLİ TÜRLÜ BULGUR PİLAVI ELMA
07.02.2018 ÇARŞAMBA	ÇAY, KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN TAHİN-PEKMEZ	SÜZME MERCİMEK ÇORBA KAŞARLI+KIYMALI PİDE MEVSİM SALATA+AYRAN	BOLONEZ SOSLU MAKARNA KARIŞIK KIŞ KIZARTMASI YOĞURT
08.02.2018 PERŞEMBE	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN BAL, TEREYAĞ	TAVUK KAVURMA+SEBZE GARN. YEŞ.MERC.PİRİNÇ PİLAVI KURU KAYISI HOŞAFI	KAŞARLI DOMATES ÇORBA ETLİ TAZE FASULYE FINDIKLI SÜTLAÇ
09.02.2018 CUMA	ÇAY, BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN FINDIKLI ÇİKOLATA KREMASI	TOYGA ÇORBA KARIŞIK KURU DOLMA+YOĞURT KİVİ	KURU KÖFTE+ELMA DİLİM PAT. KIZ. FASULYE PİYAZI AYRAN
10.02.2018 CUMARTESİ	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN REÇEL, TEREYAĞ	HAŞLAMA ET BULGUR PİLAVI YOĞURT	KIYMALI PIRASA PEYNİRLİ MAKARNA BÖĞÜRTLEN KOMPOSTO
11.02.2018 PAZAR	ÇAY, KREM PEYNİR SİYAH ZEYTİN FINDIKLI ÇİKOLATA KREMASI	YOĞ.ERİŞ.MERCİMEK ÇORBA SALÇALI KÖFTE LOKMA TATLISI	ETLİ BARBUNYA PİRİNÇ PİLAVI MEVSİM SALATA
12.02.2018 PAZARTESİ	ÇAY, BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL, TEREYAĞ	PATLICAN KEBAP NOHUTLU PİRİNÇ PİLAVI YOĞURTLU MOR SALATA	KIYMALI KARNABAHAHAR PATATESLİ GÜL BÖREĞİ PORTAKAL
13.02.2018 SALI	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN REÇEL, TEREYAĞ	KAŞARLI DOMATES ÇORBA ETLİ TAZE FASULYE ŞEKERPARE	TERB.TEL ŞEHRİYE ÇORBA TAVUK ŞİNİTZEL+PAT.PÜRESİ HAVUÇ-K.LAHANA SALATA
14.02.2018 ÇARŞAMBA	ÇAY, KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN TAHİN-PEKMEZ	YOĞURTLU KIYMALI İSPANAK FİRİN MAKARNA ARMUT	ETLİ NOHUT YEMEĞİ BULGUR PİLAVI TURŞU+AYRAN
15.02.2018 PERŞEMBE	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN BAL, TEREYAĞ	EZOĞELİN ÇORBA FİRİNDA TAVUK+ŞEHRİYE PİLAVI HAŞLANMIŞ SOSLU BROKOLİ- KARNABAHAHAR-HAVUÇ SALATA	ETLİ TÜRLÜ PEYNİRLİ TEPESİ BÖREĞİ AYVA KOMPOSTO
16.02.2018 CUMA	ÇAY, BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN FINDIKLI ÇİKOLATA KREMASI	YAYLA ÇORBA KIYMALI PIRASA TULUMBA TATLISI	DÜĞÜN ÇORBA KARIŞIK KIŞ KIZARTMA+YOĞURT MUZ
17.02.2018 CUMARTESİ	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN	ORMAN KEBAP PİRİNÇ PİLAVI	ETLİ BAMYA CEVİZLİ KAŞARLI ERİŞTE

KASTAMONU VALİLİĞİ  
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ  
2018 ŞUBAT AYI YEMEK LİSTESİ

	REÇEL, TEREYAĞ	CACIK	YOĞURT
18.02.2018 PAZAR	ÇAY, KREM PEYNİR SİYAH ZEYTİN FINDIKLI ÇİKOLATA KREMASI	SÜZME MERCİMEK ÇORBA KIYMALI KAPUSKA YEMEĞİ KEKLİ SUPANGLE	MANTAR SOSLU TAVUK BİFTEK NOHUTLU BULGUR PİLAVI BAHÇE SALATA
19.02.2018 PAZARTESİ	ÇAY, BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL, TEREYAĞ	KIY.YEŞİL MERCİMEK YEMEĞİ PATATESLİ KOL BÖREĞİ TURŞU+AYRAN	KARNİYARIK ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI CACIK
20.02.2018 SALI	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN REÇEL, TEREYAĞ	ARABAŞI ÇORBA ZYT. BARBUNYA CEVİZLİ TAHİNLİ KABAK TATLISI	TARHANA ÇORBA İZMİR KÖFTE MEVSİM SALATA
21.02.2018 ÇARŞAMBA	ÇAY, KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN TAHİN-PEKMEZ	ANKARA TAVA YOĞURTLU KIŞ KIZARTMA ELMA	KIYMALI İSPANAK FIRIN MAKARNA YOĞURT
22.02.2018 PERŞEMBE	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN BAL, TEREYAĞ	KAŞARLI DOMATES ÇORBA KADINBUDU KÖFTE+PÜRE MISIRLI BAHÇE SALATA	ETLİ KURU FASULYE PİRİNÇ PİLAVI TURŞU
23.02.2018 CUMA	ÇAY, BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN FINDIKLI ÇİKOLATA KREMASI	KÖRİ SOSLU TAVUK SOTE NOHUTLU BULGUR PİLAVI CACIK	YARMA ÇORBA FIRINDA KIYMALI PATATES PORTAKAL
24.02.2018 CUMARTESİ	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN REÇEL, TEREYAĞ	KÖYLÜ ÇORBA KARIŞIK ETLİ DOLMA+YOĞURT İRMİK HELVASI	ÇOBAN KAVURMA GARN.PİRİNÇ PİLAVI ÜZÜM HOŞAFI
25.02.2018 PAZAR	ÇAY, KREM PEYNİR SİYAH ZEYTİN FINDIKLI ÇİKOLATA KREMASI	ETLİ BEZELYE SU BÖREĞİ YOĞURTLU MOR SALATA	TAVUK SUYU ÇORBA ZYT.TAZE FASULYE MUZ
26.02.2018 PAZARTESİ	ÇAY, BEYAZ PEYNİR YEŞİL ZEYTİN BAL, TEREYAĞ	YÜKSÜK ÇORBA KIYMALI KARNABAHAH GRATEN BİSK. MEYVELİ KAKAOLU PASTA	BEYKOZ KEBABI ŞEHRİYELİ BULGUR PİLAVI AYRAN
27.02.2018 SALI	ÇAY, YUMURTA SİYAH ZEYTİN REÇEL, TEREYAĞ	EZOĞELİN ÇORBA TAVUK ŞİŞ+LAVAŞ MEVSİM SALATA+AYRAN	KREMALI SEBZE ÇORBA KABAK MUSAKKA+YOĞURT TAHİN HELVA
28.02.2018 ÇARŞAMBA	ÇAY, KAŞAR PEYNİR YEŞİL ZEYTİN TAHİN-PEKMEZ	YOĞURTLU ETLİ MANTI ZYT. PİLAKİ KAYMAKLI AYVA TATLISI	ÇİFTLİK KÖFTE SADE PİRİNÇ PİLAVI CACIK

DIYETİSYEN

ELİF KARAKAŞ

DIYETİSYEN

MERVE ESEN