



NEVŞEHİR
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ
KOZAKLI FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON HASTANESİ



OCAK 2019 YEMEK MENÜSÜ

TARİH	SABAH KAHVALTISI	DIYET KAHVALTI	DIYET ÖĞLE	DIYET AKŞAM	ÖĞLE YEMEĞİ	AKŞAM YEMEĞİ
01.01.2019 Salı	çay kaşar peynir tereyağ-reçel yeşil zeytin	çay kaşar peynir 2 ad.galeta-fındık ezmesi tuzsuz yeşil zeytin	düğün çorba tavuk haşlama zyt.kabak mevsim salata	tel şehriye çorba fırında bezdirme köfte zyt.türlü yoğurt	zyt.bamya kıymalı makarna cacık	sebzeli tavuk haşlama bulgur pilavı mevsim salata
02.01.2019 Çarşamba	çay haşlanmış yumurta tahin-pekmez siyah zeytin	çay haşlanmış yumurta 2 ad. galeta-reçel tuzsuz siyah zeytin	kaşarlı domates çorba et sote zyt.bamya elma	tarhana çorba tavuk sote zyt.bezelye yoğurt	patlıcan parmak kebabı mercimek çorba cevizli tel kadayıfı	kıymalı patates oturtma toyga çorba kivi
03.01.2019 Perşembe	süt-açma krem peynir tereyağ-reçel yeşil zeytin	süt tuzsuz beyaz peynir 2 ad. galeta-lor peynir tuzsuz yeşil zeytin	mercimek çorba et haşlama zyt.patlıcan yem. mevsim salata	şeh.yayla çorba tepsi köfte zyt.kabak mandalina	peynirli pide/söğüş tarhana çorba meşrubat (hastaya ayran)	karnıyarık şeh.pirinç pilavı cacık
04.01.2019 Cuma	çay haşlanmış yumurta tereyağ-bal yeşil zeytin	çay haşlanmış yumurta 2 ad. galeta-reçel tuzsuz yeşil zeytin	tarhana çorba tavuk pırzola zyt.türlü yoğurt	tandır çorba et sote zyt.bezelye mevsim salata	tavuk şinitzel/piyaz kremalı sebze çorba supangle	kaşarlı köfte/pat.cips ezogelin çorba ayran
05.01.2019 Cumartesi	çay beyaz peynir tahin-pekmez siyah zeytin	süt tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galeta-lor peynir tuzsuz siyah zeytin	kaşarlı domates çorba fırında bezdirme köfte zyt.bamya elma	arabaşı çorba et haşlama zyt.patlıcan yoğurt	zyt.biber dolma/yoğurt köylü çorba kernalpaşa tatlı	orman kebabı pey.kol böreği karışık hoşaf
06.01.2019 Pazar	çay-poğaç krem peynir tereyağ-reçel siyah zeytin	bitki çayı tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galeta-bal tuzsuz siyah zeytin	tel şehriye çorba fırın tavuk zyt.kabak mevsim salata	toyga çorba fırın köfte zyt.taze fasulye mandalina	izmir köfte tereyağlı bulgur pilavı mordünya salata	etli nohut yoğurtlu makarna karışık turşu
07.01.2019 Pazartesi	çay kaşar peynir tahin helva yeşil zeytin	çay kaşar peynir 2 ad.galeta-reçel tuzsuz yeşil zeytin	tarhana çorba et sote zyt.bezelye yoğurt	mercimek çorba seb.tavuk sote zyt.patlıcan çoban salata	zyt.barbunya tav.fis.pilav cacık	islîm köfte/az pilav domates çorba kase yoğurt
08.01.2019 Salı	çay-pat.börek üçgen peynir fındık ezmesi siyah zeytin	çay tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galeta-bal tuzsuz siyah zeytin	tandır çorba tepsi köfte zyt.türlü mandalina	köylü çorba et haşlama zyt.bamya yoğurt	çoban kavurma nohutlu pirinç pilavı ayran	zyt.taze fasulye kıymalı gül böreği ayva komposto
09.01.2019 Çarşamba	çay haşlanmış yumurta tereyağ-reçel yeşil zeytin	çay haşlanmış yumurta lor peynir-reçel tuzsuz yeşil zeytin	soslu sebze çorba tavuk haşlama zyt.taze fasulye mevsim salata	tel şehriye çorba fırında bezdirme köfte zyt.kabak elma	yoğurtlu karnabahar kız. arabaşı çorba muz	pilavüstü tavuk döner mercimek çorba ayran
	çay	çay	mercimek çorba	tarhana çorba	terbiyeli köfte	etli mevsim türlü

10.01.2019 Perşembe	beyaz peynir tereyağ-bal siyah zeytin	tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galet-bal tuzsuz siyah zeytin	et sote zyt.patlıcan yem. yoğurt	tepsi köfte zyt.bezelye mevsim salata	sebzeli bulgur pilavı hav.lah.salata	pey.cev.erişte portakal
11.01.2019 Cuma	çay-pey.börek haşlanmış yumurta findık ezmesi yeşil zeytin	çay haşlanmış yumurta lor peynir-reçel tuzsuz yeşil zeytin	domates çorba tavuk pırzola zyt.bamya elma	soslu sebze çorba et haşlama zyt.taze fasulye cacık	kıymalı ıspanak soslu makarna kase yoğurt	apartman köfte/az pilav tandır çorba mevsim salata
12.01.2019 Cumartesi	çay kaşar peynir tereyağ-bal yeşil zeytin	çay kaşar peynir 2 ad. galeta-reçel tuzsuz yeşil zeytin	toyga çorba et sote zyt.ıspanak mandalina	tel şehriye çorba tavuk sote zyt.türlü yoğurt	zyt.bezelye peynirli sigara böreği ayva komposto	pilavüstü et kavurma soslu sebze çorba ayran
13.01.2019 Pazar	süt beyaz peynir tereyağ-reçel siyah zeytin	süt tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galet-bal tuzsuz siyah zeytin	tarhana çorba tavuk haşlama zyt.kabak mevsim salata	arabaşı çorba fırında bezdirme köfte zyt.patlıcan elma	mantarlı tavuk sote mısırlı pirinç pilavı mordünya salata	yoğurtlu karışık kızartma arabaşı çorba revani
14.01.2019 Pazartesi	çay kaşar peynir tahin-pekmez yeşil zeytin	çay kaşar peynir 2 ad.galet-fındık ezmesi tuzsuz yeşil zeytin	köylü çorba tavuk çöpşiş zyt.bezelye yoğurt	mercimek çorba et haşlama zyt.karnabahar mevsim salata	etli kuru fasulye tereyağlı bulgur pilavı karışık turşu	patlıcan musakka şeh.pirinç pilavı cacık
15.01.2019 Salı	çay beyaz peynir findık ezmesi siyah zeytin	çay tuzsuz beyaz peynir 2 ad. galeta-reçel tuzsuz siyah zeytin	tel şehriye çorba tepsi köfte zyt.bamya yoğurt	şeh.yayla çorba fırın tavuk bağet zyt.ıspanak elma	kadımbudu köfte/pat.püresi mercimek çorba ayran	zyt.barbunya özbek pilavı kase yoğurt
16.01.2019 Çarşamba	çay-açma haşlanmış yumurta tereyağ-bal yeşil zeytin	çay haşlanmış yumurta 2 ad. galeta-lor peynir tuzsuz yeşil zeytin	tandır çorba et sote zyt.türlü hav.lah.salatası	düğün çorba tavuk sote zyt.kabak mandalina	etli mevsim türlü peynirli makarna kivi	fırın uskumru/roka ezogelin çorba irmik helva
17.01.2019 Perşembe	süt kaşar peynir tahin helva yeşil zeytin	süt kaşar peynir 2 ad. galeta-reçel tuzsuz yeşil zeytin	tarhana çorba et haşlama zyt.taze fasulye yoğurt	toyga çorba fırın köfte zyt.patlıcan mevsim salata	zyt.taze fasulye meyhane pilavı havuk tarator	tavuk çöpşiş/pat.salata tarhana çorba ayran
18.01.2019 Cuma	çay-açma haşlanmış yumurta tahin-pekmez siyah zeytin	çay haşlanmış yumurta 2 ad.galet-lor peynir tuzsuz siyah zeytin	arpa şehriye çorba tavuk haşlama zyt.ıspanak hav.lah.salatası	domates çorba et sote zyt.bezelye yoğurt	pilavüstü et sote domates çorba hav.lah.salata	zyt.pırasa kıymalı şehriye pilavı kase yoğurt
19.01.2019 Cumartesi	çay beyaz peynir tereyağ-reçel siyah zeytin	çay tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galet-bal tuzsuz siyah zeytin	şeh.yayla çorba tavuk pırzola zyt.bamya mandalina	tarhana çorba et haşlama zyt.taze fasulye mevsim salata	yoğurtlu karışık kızartma tav.şehriye çorba şekerpare	pürelü hasanpaşa köfte mercimek çorba ayran
20.01.2019 Pazar	çay haşlanmış yumurta tereyağ-reçel yeşil zeytin	çay haşlanmış yumurta lor peynir-reçel tuzsuz yeşil zeytin	köylü çorba fırında bezdirme köfte zyt.karnabahar yoğurt	domates çorba tavuk sote zyt.türlü elma	kıymalı patates oturtma yayla çorba elma	tavuklu bezelye soslu makarna fırın sütlaç
	çay	çay	mercimek çorba	tarhana çorba	etli nohut	tas kebabı

21.01.2019 Pazartesi	beyaz peynir tereyağ-bal siyah zeytin	tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galeta-bal tuzsuz siyah zeytin	et sote zyt.patlıcan yem. yoğurt	fırın tavuk zyt.kabak mevsim salata	hav.pirinç pilavı karışık turşu	bulgur pilavı mevsim salata
22.01.2019 Salı	çay-pey.börek haşlanmış yumurta fındık ezmesi yeşil zeytin	çay haşlanmış yumurta lor peynir-reçel tuzsuz yeşil zeytin	domates çorba tavuk pırlzola zyt.bamya elma	soslu sebze çorba et haşlama zyt.taze fasulye yoğurt	pürelı dalyan köfte şehriye çorba ayran	yumurtalı ıspanak pey.makarna supangle
23.01.2019 Çarşamba	çay kaşar peynir tereyağ-reçel yeşil zeytin	çay kaşar peynir 2 ad.galeta-fındık ezmesi tuzsuz yeşil zeytin	düğün çorba tavuk haşlama zyt.kabak mevsim salata	tel şehriye çorba fırında bezdirme köfte zyt.türlü yoğurt	etli patates yemeği şeh.pirinç pilavı mordünya salata	kıymalı pide/salata tarhana çorba meşrubat (hastaya ayran)
24.01.2019 Perşembe	çay haşlanmış yumurta tahin-pekmez siyah zeytin	çay haşlanmış yumurta 2 ad. galeta-reçel tuzsuz siyah zeytin	kaşarlı domates çorba et sote zyt.bamya portakal	tarhana çorba tavuk sote zyt.bezelye yoğurt	fırın alabalık/roka ezogelin çorba irmik helva	etli kuru fasulye bulgur pilavı karışık turşu
25.01.2019 Cuma	süt-açma krem peynir tereyağ-reçel yeşil zeytin	süt tuzsuz beyaz peynir 2 ad. galeta-lor peynir tuzsuz yeşil zeytin	mercimek çorba et haşlama zyt.patlıcan yem. mevsim salata	şeh.yayla çorba tepsi köfte zyt.kabak mandalina	etli ekşili kabak meftune soslu makarna muz	kuru köfte:/pat.cips şehriye çorba ayran
26.01.2019 Cumartesi	çay haşlanmış yumurta tereyağ-bal yeşil zeytin	çay haşlanmış yumurta 2 ad. galeta-reçel tuzsuz yeşil zeytin	tarhana çorba tavuk pırlzola zyt.türlü yoğurt	tandır çorba et sote zyt.bezelye mevsim salata	tavuk pırlzola/pat.salata domates çorba ayran	zyt.biber dolma/yoğurt arabaşı çorba elma
27.01.2019 Pazar	çay beyaz peynir tahin-pekmez siyah zeytin	süt tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galeta-lor peynir tuzsuz siyah zeytin	kaşarlı domates çorba fırında bezdirme köfte zyt.bamya elma	arabaşı çorba et haşlama zyt.patlıcan yoğurt	karnıyarık mısırlı pirinç pilavı cacık	etli bamya pat.kol böreği üzüm hoşaf
28.01.2019 Pazartesi	çay-poğaçı krem peynir tereyağ-reçel siyah zeytin	çay tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galeta-bal tuzsuz siyah zeytin	tel şehriye çorba fırın tavuk zyt.kabak mordünya salata	toyga çorba fırın köfte zyt.taze fasulye mandalina	yeşil mercimek acem pilavı keşkül	çiftlik kebabı pey.cev.erişte muz
29.01.2019 Salı	çay kaşar peynir tahin helva yeşil zeytin	çay kaşar peynir 2 ad.galeta-reçel tuzsuz yeşil zeytin	tarhana çorba et sote zyt.bezelye yoğurt	mercimek çorba seb.tavuk sote zyt.patlıcan mevsim salata	fırında sebzeli tavuk bulgur pilavı kase yoğurt	yoğurtlu karnabahar kızartma kıy.şehriye çorba ayva tatlı
30.01.2019 Çarşamba	çay-pat.börek üçgen peynir fındık ezmesi siyah zeytin	çay tuzsuz beyaz peynir 2 ad.galeta-bal tuzsuz siyah zeytin	tandır çorba tepsi köfte zyt.türlü portakal	köylü çorba et haşlama zyt.bamya yoğurt	pilavüstü et döner mercimek çorba meşrubat (hastaya ayran)	etli nohut şeh.pirinç pilavı karışık turşu
31.01.2019 Perşembe	süt-açma krem peynir tereyağ-reçel yeşil zeytin	süt tuzsuz beyaz peynir 2 ad. galeta-lor peynir tuzsuz yeşil zeytin	mercimek çorba et sote zyt.patlıcan yem. yoğurt	tarhana çorba fırın tavuk zyt.kabak mevsim salata	zyt.pırasa tav.fis.pilav cevizli kabak tatlı	tavuk sote soslu makarna kase yoğurt

FATMA HEDİYE POYRAZ
DİYETİSYEN

ERDAL YALÇIN
SAĞ.BAK.HİZ.MÜD.