

KSÜ
SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA HASTANESİ
YEMEK LİSTESİ
NİSAN (ÖĞLE)

Tarih		Kalori		Kalori		Kalori	Kalori	Top. Kalori	
01.04.2019	Etlı Nohut	440	Pirinç Pilavı	315	Turşu	10	Kabak Tarator	124	889
02.04.2019	Kabak Musakka	350	Bulgur Pilavı	340	Meyve	125	Yoğurt	124	939
03.04.2019	Kuru Köfte(pat. kavurma)	455	Mercimek Çorba	238	Salata	46	Meyve	125	864
04.04.2019	Yoğurtlu Köfte	430	Soslu Makarna	325	Salata	46	Meyve	125	926
05.04.2019	Maraş Kebap(pideli)	695	Mercimek Çorba	238	Lokma Tatlı	400	Ayran	52	1385
06.04.2019	Mevsim Türü	325	Bulgur Pilavı	340	Meyve	125	Cacık	104	894
07.04.2019	Fesleğenli Fırın Tavuk(Fırın pat)	500	Pirinç Pilavı	345	Salata	46	Ayran	52	943

08.03.2019	Beyaz Soslu Etlı Bezelye	385	Salçalı Bulgur Pilavı	410	Cevizli Kıvrım	400	Cacık	104	1299
09.03.2019	Tas Kebabı	350	Pirinç Pilavı	315	Ayran	52	Mercimek Çorba	238	955
10.03.2019	Kıymalı Patates	355	Bulgur Pilavı	340	Turşu	10	Havuç Tarator	124	829
11.03.2019	Pilav Üstü Tavuk Döner	504	Ezogelin Çorba	345	Ayran	52	Salata	46	947
12.03.2019	Ispanak Kavurma(yoğurt)	370	Kıymalı Makarna	380	Kadayıf	440	Ekşili Çorba	175	1365
13.03.2019	Kuru Köfte(pat. Kav.)	455	Yayla Çorba	197	Salata	46	Meyve	125	823
14.03.2019	Zyt.Barbunya Pilaki	390	Tavuklu Pilavı	315	Yoğurt	124	Ekşili Çorba	175	1004

15.04.2019	Etlı Kuru Fasulye	390	Bulgur Pilavı	340	Turşu	10	Yoğurt	124	914
16.04.2019	Tavuk Rostu(spagetti)	472	Mercimek Çorba	238	Ayran	52	Salata	46	766
17.04.2019	Arap Tava	381	Pirinç Pilavı	315	Cacık	104	Cevizli Kıvrım	400	1274
18.04.2019	Ekşili Köfte	410	Dövme Pilavı	328	Meyve	125	Yoğurt	124	927
19.04.2019	Pilav Üstü Et Döner	504	Ezogelin Çorba	345	Ayran	52	Salata	46	1138
20.04.2019	Etlı Taze Fasulye	330	Pirinç Pilavı	315	Lokma Tatlı	400	Yoğurt	124	1164
21.04.2019	Yoğurtlu Köfte	430	Salçalı Bulgur Pilavı	410	Salata	46	Meyve	125	1081

22.04.2019	Yoğurtlu Patates	430	Salçalı Bulgur Pilavı	410	Meyve	125	Salata	46	1011
23.04.2019	Tavuk Tava	390	Pirinç Pilavı	315	Cacık	104	Fındıklı Keşkül	125	934
24.04.2019	Kayseri Tava	492	Salçalı Bulgur Pilavı	410	Aşure	490	Cacık	104	1496
25.04.2019	Et Haşlama	480	Pirinç Pilavı	315	Salata	46	Kıvrım Tatlı	440	1281
26.04.2019	Etlı Taze Fasulye	330	Bulgur Pilavı	340	Yoğurt	124	Meyve	125	919
27.04.2019	Yoğurtlu Orman Kebap	520	Salçalı Bulgur Pilavı	410	Kadayıf	440	Salata	46	1416
28.04.2019	Etlı Nohut	440	Pirinç Pilavı	315	Turşu	10	Yoğurt	124	889

29.04.2014	Etlı Bezelye	385	Bulgur Pilavı	340	Yoğurt	124	Meyve	125	974
30.04.2014	Tavuk Pirzola(fırın pat.)	520	Şehriye Çorba	245	Ayran	52	Fıstıklı İrmik Helva	400	1217

KSÜ
SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA HASTANESİ
YEMEK LİSTESİ
NİSAN(AKŞAM)

Tarih		Kalori		Kalori		Kalori	Kalori	Top. Kalori	
01.04.2019	Kıymalı Patates	355	Pirinç Pilavı	315	Turşu	10	Kabak Tarator	124	804
02.04.2019	Etlı Bezelye	385	Bulgur Pilavı	340	Meyve	125	Yoğurt	124	974
03.04.2019	Tavuk Pirzola(fırın pat.)	520	Mercimek Çorba	238	Ayran	52	Meyve	125	935
04.04.2019	Ispanak Kavurma(yoğurt)	370	Kıymalı Makarna	380	Salata	46	Kıvrım Tatlı	440	1236
05.04.2019	Pilav Üstü Tavuk Döner	504	Mercimek Çorba	238	Salata	53	Ayran	52	847
06.04.2019	Etlı Taze Fasulye	330	Bulgur Pilavı	340	Meyve	125	Cacık	104	899
07.04.2019	Kuru Köfte(pat. Kav.)	455	Pirinç Pilavı	345	Salata	46	Ayran	52	898

08.03.2019	Yoğurtlu Patates	430	Salçalı Bulgur Pilavı	410	Cevizli Kıvrım	400	Salata	46	1376
09.03.2019	Pilav Üstü Et Döner	504	Mercimek Çorba	238	Salata	46	Ayran	52	828
10.03.2019	Etlı Kuru Fasulye	390	Bulgur Pilavı	340	Turşu	10	Yoğurt	124	824
11.03.2019	Tavuk Rostu(spagetti)	472	Ezogelin Çorba	345	Ayran	52	Salata	46	833
12.03.2019	Zyt.Barbunya Pilaki	390	Kıymalı Makarna	380	Yoğurt	124	Kadayıf	440	1384
13.03.2019	Fesleğenli Fırın Tavuk(Fırın pat)	500	Yayla Çorba	197	Salata	46	Meyve	125	368
14.03.2019	Kabak Musakka	460	Pirinç Pilavı	315	Yoğurt	124	Ekşili Çorba	175	999

15.04.2019	Etlı Nohut	440	Bulgur Pilavı	340	Turşu	10	Yoğurt	124	859
16.04.2019	Rostu Köfte(pat. Kav.)	420	Mercimek Çorba	238	Ayran	52	Salata	46	816
17.04.2019	Orman Kebap	520	Pirinç Pilavı	315	Cacık	104	Cevizli Kıvrım	400	1149
18.04.2019	Kayseri Tava	492	Salçalı Bulgur Pilavı	410	Meyve	125	Yoğurt	124	1163
19.04.2019	Tas Kebabı	350	Pirinç Pilavı	315	Ayran	52	Salata	46	803
20.04.2019	Tavuk Tava	390	Bulgur Pilavı	340	Lokma Tatlı	400	Yoğurt	124	1274
21.04.2019	Etlı Nohut	440	Pirinç Pilavı	315	Salata	46	Meyve	125	867

22.04.2019	Beyaz Soslu Etlı Bezelye	385	Salçalı Bulgur Pilavı	410	Meyve	125	Salata	46	966
23.04.2019	Et Haşlama	480	Pirinç Pilavı	315	Salata	53	Fındıklı Keşkül	125	973
24.04.2019	Etlı Taze Fasulye	330	Bulgur Pilavı	340	Aşure	490	Cacık	104	1264
25.04.2019	Fırın Köfte	525	Pirinç Pilavı	315	Salata	46	Kıvrım Tatlı	440	1326
26.04.2019	Etlı Patates Sulusu	390	Bulgur Pilavı	340	Yoğurt	124	Meyve	125	979
27.04.2019	Ekşili Köfte	410	Bulgur Pilavı	340	Kadayıf	440	Salata	46	1236
28.04.2019	Arap Tava	381	Pirinç Pilavı	315	Turşu	10	Yoğurt	124	830

29.04.2014	Mevsim Türü	325	Bulgur Pilavı	340	Yoğurt	124	Meyve	125	914
30.04.2014	Maraş Kebap(pideli)	695	Şehriye Çorba	245	Ayran	52	Fıstıklı İrmik Helva	400	1392