

Trabzon Ahi Evren Göğüs Kalp Damar Cerrahisi Eğitim Araştırma Hastanesi
Ocak Ayı 31 Günlük Yemek Listesi

01.01.2022-31.01.2022

| Tarih | Kahvaltı | Öğle / Akşam Yemeği |
|-------------------------|--|---|
| 01.01.2022 Cumartesi | Çay – Beyaz Peynir – S. Zeytin – Bal | Fırın Tavuk – Patates Salatası Toyga Çorba Meyve |
| 02.01.2022 Pazar | Çay – Yumurta – Y. Zeytin – Reçel | Kuru Köfte – Şehriyeli Pirinç Pilavı Mercimek Çorba Mevsim Salata |
| 03.01.2022 Pazartesi | Çay – Dil Peyniri - S. Zeytin – Pekmez/Tahin | Kıymalı Ispanak – Yoğurt Soslu Makarna Ezogelin Çorba |
| 04.01.2022 Salı | Çay – Beyaz Peynir - S. Zeytin – Bal | Çoban Kavurma – Bulgur Pilavı Yayla Çorba Meyve |
| 05.01.2022 Çarşamba | Çay - Yumurta - S. Zeytin – Fındık Krema | Etili Kuru Fasulye Şehriyeli Pirinç Pilavı Yoğurt |
| 06.01.2022 Perşembe | Çay – Kaşar Peynir - Y. Zeytin –Reçel | Misket köfte Sebzeli Bulgur Pilavı Ayran |
| 07.01.2022 Cuma | Çay – Beyaz Peynir - S. Zeytin – Pekmez/Tahin | Tavuk Şinitzel – Nohutlu Pirinç Pilavı Mercimek Çorba Baklava |
| 08.01.2022 Cumartesi | Çay - Yumurta - S. Zeytin –Bal | Tas Kebap Bulgur Pilavı Mevsim Salata |
| 09.01.2022 Pazar | Çay –Dil Peyniri - S. Zeytin –Reçel | Patates Oturtma Peynirli Makarna Toyga Çorba |
| 10.01.2022 Pazartesi | Çay –Beyaz Peynir - Y. Zeytin –Fındık Krema | Etili Nohut Şehriyeli Pirinç Pilavı Yoğurt |
| 11.01.2022 Salı | Çay – Kaşar Peynir - S. Zeytin – Pekmez/Tahin | İzmir Köfte Turşu Kavurma Yayla Çorba |
| 12.01.2022 Çarşamba | Çay - Yumurta - S. Zeytin – Reçel | Tavuk Döner/Şehriyeli Pirinç Pilavı Mercimek Çorba Ayran |
| 13.01.2022 Perşembe | Çay –Beyaz Peynir - S. Zeytin – Bal | Bahçevan kebab Bulgur Pilavı Mevsim Salata |
| 14.01.2022 Cuma | Çay – Kaşar Peynir - Y. Zeytin – Fındık Krema | Kıymalı Karnabahar Soslu Makarna Toyga Çorba |
| 15.01.2022 Cumartesi | Çay - Yumurta - S. Zeytin – Pekmez/Tahin | Fırın Tavuk - Şehriyeli Pirinç Pilavı Mercimek Çorba Meyve |
| 16.01.2022 Pazar | Çay – Dil Peyniri - S. Zeytin – Bal | Kadınbudu Köfte – Patates Kavurma Ezogelin Çorba Ayran |
| 17.01.2022 Pazartesi | Çay – Beyaz Peynir - S. Zeytin - Reçel | Kıymalı Kapuska Erişte Mercimek Çorba |

| | | |
|-------------------------|--|---|
| 18.01.2022 Salı | Çay – Kaşar Peynir - Y. Zeytin – Fındık Krema | Orman Kebap Mercimekli Bulgur Pilavı Ayran |
| 19.01.2022 Çarşamba | Çay - Yumurta - S. Zeytin – Bal | Etli Kuru Fasulye Şehriyeli Pirinç Pilavı Yoğurt |
| 20.01.2022 Perşembe | Çay – Dil Peyniri - S. Zeytin - Reçel | Kuru Köfte – Soslu Makarna Yayla Çorba Meyve |
| 21.01.2022 Cuma | Çay – Beyaz Peynir - S. Zeytin – Pekmez/Tahin | Sebzeli Fırın Tavuk Mercimek Çorba Kabak Tatlısı |
| 22.01.2022 Cumartesi | Çay – Kaşar Peynir - Y. Zeytin – Bal | Et Haşlama Bulgur Pilavı Mevsim Salata |
| 23.01.2022 Pazar | Çay - Yumurta - S. Zeytin – Reçel | Kıymalı Ispanak – Yoğurt Soslu Makarna Mercimek Çorba |
| 24.01.2022 Pazartesi | Çay –Beyaz Peynir - S. Zeytin – Fındık Krema | Şehriyeli Güveç Karalahana Yoğurt |
| 25.01.2022 Salı | Çay – Dil Peyniri - S. Zeytin – Pekmez/Tahin | Fırın Tavuk – Kısır Mercimek Çorba Baklava |
| 26.01.2022 Çarşamba | Çay - Yumurta - Y. Zeytin – Bal | Hasanpaşa Köfte – Bulgur Pilavı Yayla Çorba Mevsim Salata |
| 27.01.2022 Perşembe | Çay –Kaşar Peynir - S. Zeytin - Reçel | Etli Nohut Şehriyeli Pirinç Pilavı Yoğurt |
| 28.01.2022 Cuma | Çay –Beyaz Peynir - S. Zeytin – Fındık Krema | Patates Oturtma Erişte Ezogelin Çorba |
| 29.01.2022 Cumartesi | Çay – Dil Peyniri - S. Zeytin – Bal | Sebzeli Fırın Tavuk Toyga Çorba Kabak Tatlısı |
| 30.01.2022 Pazar | Çay - Yumurta - Y. Zeytin – Fındık Krema | Güveç Bulgur Pilavı Ayran |
| 31.01.2022 Pazartesi | Çay – Beyaz Peynir - S. Zeytin - Reçel | Etli Kuru Fasulye Şehriyeli Pirinç Pilavı Yoğurt |