



ایام هفته	وعده غذایی	۱۴۰۳/۰۴/۱۶ تا ۱۴۰۳/۰۴/۱۹	۱۴۰۳/۰۴/۲۲ تا ۱۴۰۳/۰۴/۲۶	۱۴۰۳/۰۴/۲۹ تا ۱۴۰۳/۰۵/۰۲
شنبه	صبحانه ۱	شهادت امام جعفر صادق (ع) 	خامه عسلی (۱۰۰ گرمی)، چای، نان بربری (۱/۲)	خامه کاکائویی (۱۰۰ گرمی)، چای، نان بربری (۱/۲)
	صبحانه ۲		پنیر (۶۰ گرمی)، گردو، چای، نان بربری (۱/۲)	حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)
	ناهار ۱		چلو خورش قییمه، نان تنوری (۱/۶)	چلو خوجه کباب، دوغ لیوانی، نان تنوری (۱/۶)
	ناهار ۲		ماش پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	زیره پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)
	شام ۱		فلافل (۵ عدد)، سوپ رشته، گوجه‌فرنگی، خیارشور، دلستر لیمو (یک نفره)، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۳)
	شام ۲		استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، دلستر لیمو (یک نفره)، نان تنوری (۱/۲)	شامی کباب، سوپ جو، خیارشور، نان بربری (۲/۳)
یکشنبه	صبحانه ۱	کره بادام زمینی، عسل یک نفره، چای، نان بربری (۱/۲)	عدسی، پنیر خامه‌ای ۳۰ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	تخم‌مرغ آب‌پز (۲ عدد)، کره ۱۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)
	صبحانه ۲	پنیر (۶۰ گرمی)، گردو، چای، نان بربری (۱/۲)	مربا یک نفره، کره ۲۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	مربا یک نفره، کره ۲۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)
	ناهار ۱	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان تنوری (۱/۶)	چلو خوجه کباب، دوغ لیوانی، نان تنوری (۱/۶)	چلو گوشت و بادمجان، نان تنوری (۱/۶)
	ناهار ۲	هویج پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	نخود پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	هویج پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)
	شام ۱	رولت گوشت، سوپ جو، خیارشور، نان تنوری	کوکو سبزی، آش رشته، خیارشور، گوجه‌فرنگی، نان تنوری	خوراک شنیسل مرغ، آش رشته، خلال سیب‌زمینی، سس کچاپ یک نفره، نان بربری (۲/۳)
	شام ۲	ناگت مرغ، سوپ جو، خیارشور، خلال سیب‌زمینی، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری، نان تنوری (۱/۲)	سالاد الویه آماده، آش رشته، نان بربری (۲/۳)
دوشنبه	صبحانه ۱	عدسی، پنیر خامه‌ای ۳۰ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	کره کنجد، عسل یک نفره، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)	فرنی، چای، نان شیرمال
	صبحانه ۲	حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	پنیر (۶۰ گرمی)، خرما (۳ عدد)، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)	پنیر (۶۰ گرمی)، گردو، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)
	ناهار ۱	چلو خوجه کباب، دوغ لیوانی، نان تنوری (۱/۶)	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان تنوری (۱/۶)	چلو کباب کوبیده، سالاد فصل، دلستر لیمو (یک نفره)، نان تنوری (۱/۶)
	ناهار ۲	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	چلو خورش بامیه، سالاد فصل، دلستر لیمو (یک نفره)، نان تنوری (۱/۶)
	شام ۱	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، سالاد شیرازی، نان بربری (۱/۳)	خوراک رنگین کمان، سوپ جو، سس کچاپ یک نفره، خیارشور، نان تنوری	عدس پلو با کشمش، سالاد شیرازی، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۲	سالاد الویه آماده، سوپ رشته، نان بربری (۲/۳)	لوبیا پلو با گوشت، سالاد شیرازی، نان تنوری (۱/۲)	کوکو سبزی، سوپ رشته، خیارشور، گوجه‌فرنگی، نان تنوری
سه‌شنبه	صبحانه ۱	فرنی، چای، نان شیرمال	املت (صبحانه)، خیارشور، چای، نان بربری (۱/۲)	خامه عسلی (۱۰۰ گرمی)، چای، نان بربری (۱/۲)
	صبحانه ۲	پنیر (۶۰ گرمی)، خیار، گوجه‌فرنگی، چای، نان بربری (۱/۲)	حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)
	ناهار ۱	سبزی پلو با ماهی قزل‌آلا، لیمو ترش، خرما (۲ عدد)، نان تنوری (۱/۶)	چلو کباب کوبیده، گوجه کبابی، نان تنوری (۱/۶)	چلو خورش قییمه، نان تنوری (۱/۶)
	ناهار ۲	چلو خورش کرفس، نان تنوری (۱/۶)	کلم پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	باقالی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)
	شام ۱	خوراک مرغ سوخاری، آش رشته، خلال سیب‌زمینی، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری	خوراک کشک بادمجان، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان بربری (۲/۳)، موز	ناگت مرغ، سوپ جو، خیارشور، خلال سیب‌زمینی، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری
	شام ۲	خوراک لوبیا با قارچ، سبزی یک نفره، نان تنوری	کوفته تبریزی، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان بربری (۲/۳)، موز	خوراک بادمجان، سوپ جو، سبزی یک نفره، نان تنوری
چهارشنبه	صبحانه ۱	نیمرو، خیارشور، چای، نان بربری (۱/۲)	شیربرنج، چای، نان شیرمال	کره بادام زمینی، عسل یک نفره، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)
	صبحانه ۲	عسل یک نفره، کره ۲۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	عسل یک نفره، کره ۲۵ گرمی، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)	پنیر (۶۰ گرمی)، خیار، گوجه‌فرنگی، چای، نان بربری (۱/۲)
	ناهار ۱	چلو گوشت و بادمجان، نان تنوری (۱/۶)	زرشک پلو با مرغ، نان تنوری (۱/۶)	زرشک پلو با مرغ، نان تنوری (۱/۶)
	ناهار ۲	باقالی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری، نان تنوری (۱/۶)	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)
	شام ۱	روتی مرغ، سوپ جو، خیارشور، نان بربری (۲/۳)، موز	شله قلمکار، پنیر خامه‌ای ۳۰ گرمی، خرما (۲ عدد)، نان بربری (۲/۳)	رولت گوشت، سوپ رشته، خیارشور، نان بربری (۲/۳)، موز
	شام ۲	عدس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۳)، موز	باقالی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۳)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری، نان بربری (۱/۳)، موز