



پیامبر گرامی اسلام (ص) فرمودند: چهار دسته اند که من، روز قیامت، شفیع آنها هستم: ۱- یاری دهنده اهل بیت، ۲- برآورنده حاجات اهل بیت به هنگام اضطرار و ناچاری، ۳- دوستدار اهل بیت به قلب و زبان، ۴- و دفاع کننده از اهل بیت با دست و عمل.

برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره امور تغذیه

ایام هفته	وعده غذایی	۸۶/۰۹/۲۴ تا ۸۶/۰۹/۲۹ هفته ۴۰	۸۶/۱۰/۰۱ تا ۸۶/۱۰/۰۶ هفته ۴۱	۸۶/۱۰/۰۹ تا ۸۶/۱۰/۱۳ هفته ۴۲
شنبه یارب العالمین	صبحانه	عسل - کره - چای	پنیر - خرما - گردو - چای	مضرت محمد (ص) فرمودند: من كنت مولاه فهذا علي مولاه اللهم وال من والاه و عاد من عاداه و...
	ناهار	چلو کباب کوبیده - ماست و نعنا	چلو خورشت قیمه - ماست	«هر کس من مولای اویم، پس این علی مولای اوست، خداوندا کسانی را که علی را دوست دارند، دوست بدار و کسانی که او را دشمن دارند، دشمن دار و...» عید غدیر خم هیارک یاد
یکشنبه یاذی الجلال و الاکرام	شام	فوراک مرغ - سوپ رشته - فلاں سیب‌زمینی	فوراک قارچ و گوشت - سوپ سبزیجات - سس یک نفره	پیراشکی - سوپ سبزیجات - سس یک نفره
	جایگزین شام	بورانی اسفناج - سوپ رشته - ماست		
دوشنبه یا قاضی الحاجات	صبحانه	خوراک لوبیا - پنیر - چای	عدسی - پنیر - چای	عسل - کره - چای
	ناهار	چلو خورشت آلو - ماست	زرشک پلو با مرغ	چلو جوجه کباب - سالاد فصل - لیمو
سه‌شنبه یا ارحم الراحمین	شام	الویه - عدسی - میوه	عدس پلو - ماست - میوه	ماکارونی - ترشی - سس یک نفره - میوه
	جایگزین شام	آب‌گوشت - سبزی - میوه	کوفته تبریزی - سوپ رشته - میوه	پیراشکی - سوپ رشته - سس یک نفره - میوه
چهارشنبه یا حی و یا قیوم	صبحانه	پنیر - خرما - گردو - چای	حلوا شکر - شیر - چای	خوراک لوبیا - پنیر - چای
	ناهار	زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل	چلو گوشت و بادنجان - سالاد فصل	چلو تن ماهی - خرما - خیارشور
پنج‌شنبه لااله الاالله الملك الحق المبين	شام	شله قلمکار - پنیر - سبزی	کوکو سیب‌زمینی - آش رشته - خیارشور	شنیسل گوشت - سوپ سبزیجات
	جایگزین شام	چلو خورشت قیمه - سبزی	سالاد ذرت و مرغ - آش رشته - خیارشور	چلو خورشت خلال بادام - ماست
روز جمعه	صبحانه	نیمرو - خیارشور - چای	نیمرو - خیارشور - چای	حلوا شکر - شیر - چای
	ناهار	چلو خورشت فورمه سبزی - ماست	چلو کباب کوبیده - ماست و نعنا - کره یک نفره	چلو خورشت فسنجان
روز شنبه	شام	استانبولی پلو - ماست - میوه	شنیسل مرغ - سوپ فویت - فلاں سیب‌زمینی - سس یک نفره	استانبولی پلو - ماست
	جایگزین شام	اشترودل پیتزا - سوپ رشته - سس یک نفره	سالاد ماکارونی - سوپ فویت - سس یک نفره	آب‌گوشت - ماست
روز یکشنبه	صبحانه	حلوا شکر - شیر - چای	عسل - کره - چای	نیمرو - خیارشور - چای
	ناهار	چلو تن ماهی - سالاد فصل - خرما	سبزی پلو با ماهی - سالاد فصل - خرما	چلو کباب کوبیده - ماست - کره یک نفره
روز دوشنبه	شام	ماکارونی - ترشی - سس یک نفره	استانبولی پلو - ماست - میوه	الویه - لوبیا گرم - میوه
	جایگزین شام	کباب لقمه - سوپ جو - خلال سیب‌زمینی	تاس کباب - ماست - میوه	کشک و بادنجان - لوبیا گرم - میوه
روز سه‌شنبه	صبحانه	عدسی - پنیر - چای	خوراک لوبیا - پنیر - چای	عدسی - پنیر - چای
	ناهار	چلو جوجه کباب - لیمو - دوغ	چلو خورشت کرفس - ماست	چلو خورشت قیمه - ماست