



امام حسین (ع) : من از روی خودخواهی و خوشگذرانی و یا برای فساد و ستمگری قیام نکردم، بلکه قیام من برای اصلاح در امتّ جدّم می‌باشد، می‌خواهم امر به معروف و نهی از منکر کنم و به سیره و روش جدّم و پدرم علی بن ابیطالب عمل کنم.

برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره امور تغذیه

| ایام هفته       | وعده غذایی  | ۸۳/۱۰/۱۵ تا ۸۴/۱۰/۲۱ هفته ۴۳                  | ۸۴/۱۰/۲۲ تا ۸۴/۱۰/۲۷ هفته ۴۴        | ۸۴/۱۱/۱۱ تا ۸۴/۱۱/۱۶ هفته ۴۶                      |
|-----------------|-------------|---|-------------------------------------|---|
| شنبه            | صبحانه      | عسل - کره - چای                               | مربا - کره - چای                    | عسل - کره - چای                                   |
|                 | ناهار       | چلو تن ماهی - خرما - سالاد فصل                | زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل         | چلو کباب کوبیده - ماست - کره                      |
|                 | شام         | خوراک قارچ و گوشت - سوپ سبزیجات - سس          | ماکارونی - ترشی - میوه              | خوراک مرغ - سوپ جو - خلال سیب‌زمینی - خیارشور     |
| یارب العالمین   | جایگزین شام | بورانی اسفناج - سوپ سبزیجات - ماست            | شنیسل گوشت - سوپ رشته - سس - میوه   | خوراک تن ماهی - سوپ جو - خلال سیب‌زمینی - خیارشور |
|                 | صبحانه      | پنیر - خرما - گردو - چای                      | نیمرو - خیارشور - چای               | عدسی - پنیر - چای                                 |
|                 | ناهار       | زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل                   | چلو خورشت قیمه آلو - ماست           | چلو خورشت قورمه سبزی                              |
| یکشنبه          | شام         | ماکارونی - شوری - سس - میوه                   | چلو جوجه کباب - کره - دوغ           | استانبولی پلو - ماست - میوه                       |
|                 | جایگزین شام | اشترودل - سوپ رشته - سس - میوه                | آب گوشت - پیاز                      | سالاد ماکارونی - سوپ رشته - میوه                  |
|                 | صبحانه      | خوراک لوبیا - پنیر - چای                      | پنیر - خرما - گردو - چای            | پنیر - خرما - گردو - چای                          |
| دوشنبه          | ناهار       | چلو خورشت قیمه - سبزی                         | چلو کباب کوبیده - ماست - کره        | زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل                       |
|                 | شام         | استانبولی پلو با خلال مرغ - ماست              | استانبولی پلو - ماست                | خوراک قارچ و گوشت - سوپ سبزیجات - سس یک نفره      |
|                 | جایگزین شام | آب گوشت - سبزی                                | اشترودل - سوپ رشته - سس             | اشترودل - سوپ سبزیجات - سس یک نفره                |
| یا قاضی الحاجات | صبحانه      | مربا - کره - چای                              | عدسی - پنیر - چای                   | نیمرو - خیارشور - چای                             |
|                 | ناهار       | چلو جوجه کباب - کره - دوغ                     | چلو خورشت فسنگان                    | چلو گوشت و بادنجان - ماست                         |
|                 | شام         | الویه - عدسی - میوه                           | الویه - لوبیا گرم - میوه            | الویه - عدسی                                      |
| سه‌شنبه         | جایگزین شام | خوراک رولت گوشت - عدسی - میوه                 | عدس پلو با کشمش - ماست - میوه       | آب گوشت - سبزی                                    |
|                 | صبحانه      | حلوا شکری - شیر - چای                         | حلوا شکری - شیر - چای               | حلوا شکری - شیر - چای                             |
|                 | ناهار       | چلو کباب کوبیده - ماست - کره                  | چلو گوشت و بادنجان - ماست           | چلو خورشت قیمه                                    |
| یا رحم‌الرحمین  | شام         | خوراک مرغ - سوپ جو - خلال سیب‌زمینی - خیارشور | سبزی پلو با ماهی (قرل‌آلا) - خرما   | ماکارونی - شوری - میوه                            |
|                 | جایگزین شام | بورانی سیب‌زمینی - سوپ جو - خیارشور           | بورانی اسفناج - ماست                | کوفته تبریزی - سوپ رشته - میوه                    |
|                 | صبحانه      | نیمرو - خیارشور - چای                         | خوراک لوبیا - پنیر - چای            | لوبیا گرم - پنیر - چای                            |
| چهارشنبه        | ناهار       | چلو خورشت قورمه سبزی - ماست                   | چلو جوجه کباب - کره - دوغ           | چلو تن ماهی - خرما                                |
|                 | شام         | خوراک مرغ - سوپ جو - خلال سیب‌زمینی - خیارشور | سبزی پلو با ماهی - سالاد فصل - خرما |   |
|                 | جایگزین شام | بورانی سیب‌زمینی - سوپ جو - خیارشور           | سبزی پلو با ماهی - سالاد فصل - خرما |   |
| پنج‌شنبه        | صبحانه      | نیمرو - خیارشور - چای                         | خوراک لوبیا - پنیر - چای            |   |
|                 | ناهار       | چلو خورشت قورمه سبزی - ماست                   | چلو جوجه کباب - کره - دوغ           |   |
|                 | ناهار       | سبزی پلو با ماهی - سالاد فصل - خرما           |                                     |   |
| جمعه            | ناهار       | سبزی پلو با ماهی - سالاد فصل - خرما           | تاسو عا حسینی                       |   |

تعمیرات میان‌ترم

آیا می‌دانید علاوه بر انتصاب غذا در سیستم دانشجویی، افزایش اعتبار کارت تغذیه‌ی خود را نیز به صورت الکترونیکی می‌توانید انجام دهید