



ایام هفته	وعده غذایی	۱۴۰۰/۱۲/۰۷ تا ۱۴۰۰/۱۲/۱۱	۱۴۰۰/۱۲/۱۴ تا ۱۴۰۰/۱۲/۱۸	۱۴۰۰/۱۲/۲۵ تا ۱۴۰۰/۱۲/۳۱
شنبه	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۳)	چلو خورش قورمه سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۳)	چلو خورش فسنجان، نان نیمه حجیم (۱/۳)
	ناهار ۲	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، ترشی، نان نیمه حجیم (۱/۳)	عدس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۳)	نخود پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۳)
	شام ۱	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، ترشی، نان تنوری (۲ عدد)	خوراک مرغ و قارچ، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)
یکشنبه	شام ۲	کوفته تبریزی، سبزی یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)	رولت گوشت، سالاد فصل، سس مایونز یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)	املت خاویار بادمجان، سبزی یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)
	ناهار ۱	چلو گوشت بوقلمون، نان نیمه حجیم (۱/۳)	چلو کباب کوبیده، گوجه کبابی، نان نیمه حجیم (۱/۳)	چلو خورش قورمه سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۳)
	ناهار ۲	خوراک بادمجان، سبزی یک نفره، نان تنوری	چلو خورش نازخاتون، نان نیمه حجیم (۱/۳)	املت، خلال سیب‌زمینی، خیارشور، نان بربری
دوشنبه	شام ۱	شله قلمکار، پنیر ۳۰ گرمی، سبزی یک نفره، نان تنوری	خوراک شنیسل مرغ، سوپ رشته، خلال سیب‌زمینی، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری، پرتقال	خوراک مرغ سوخاری، سوپ رشته، خلال سیب‌زمینی، خیارشور، سس انار، نان تنوری، پرتقال
	شام ۲	بسته میوه (پرتقال، سیب، موز، نارنگی)، سوپ جو، نان تنوری	بسته میوه (پرتقال، سیب، موز، نارنگی)، سوپ رشته، نان تنوری	بسته میوه (پرتقال، سیب، موز، نارنگی)، سوپ رشته، نان تنوری
	صبحانه	بسته صبحانه (آرنی نشاسته، مربا یک نفره (۲ عدد)، پنیر خامه‌ای ۱۰۰ گرمی، کره ۱۵ گرمی (۲ عدد)، تخم‌مرغ خام (۴ عدد)، شیر استریل (۲۰۰CC) (۲ عدد)، چای کیسه‌ای (۳ عدد)، بسته دمنوش گیاهی (۲ عدد)، قند حبه بسته‌بندی دو عددی (۱۰ عدد)، نبات نی‌دار (۳ عدد)، خرما (۲ عدد) (۲ تا)، نان شیرمال]	بسته صبحانه (لوبیاگرم، خامه عدسی ۱۰۰ گرمی، پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، کره ۱۵ گرمی (۲ عدد)، تخم‌مرغ خام (۴ عدد)، شیر استریل (۲۰۰CC) (۲ عدد)، چای کیسه‌ای (۳ عدد)، بسته دمنوش گیاهی (۲ عدد)، قند حبه بسته‌بندی دو عددی (۱۰ عدد)، نبات نی‌دار (۲ عدد)، خرما (۲ عدد) (۲ تا)، نان بربری]	املت (صبحانه)، چای کیسه‌ای، قند حبه بسته‌بندی دو عددی (۲ تا)، نان بربری
سه‌شنبه	ناهار ۱	سبزی پلو با تن ماهی، نارنج، خرما (۲ عدد)، نان نیمه حجیم (۱/۳)	چلو خورش قیمه، نان تنوری (۱/۳)	چلو کباب کوبیده، گوجه کبابی، نان نیمه حجیم (۱/۳)
	ناهار ۲	املت، خلال سیب‌زمینی، سبزی یک نفره، نان بربری	باقالی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۳)	چلو خورش لوبیا سبز، نان نیمه حجیم (۱/۳)
	شام ۱	خوراک شنیسل مرغ، سوپ جو، خیارشور، سس انار، نان تنوری (۲ عدد)	روتی مرغ، سوپ جو، سالاد فصل، سس مایونز یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)	سالاد ماکارونی (مرغ)، سبزی یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)
چهارشنبه	شام ۲	باقالی پلو با خلال مرغ، سوپ جو، نان تنوری (۲ عدد)	تخم‌مرغ آب‌پز (۲ عدد)، سیب‌زمینی آب‌پز، سوپ جو، کره ۱۵ گرمی، نان تنوری (۲ عدد)	خوراک لوبیا با قارچ، سبزی یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)
	صبحانه	-	-	خامه عدسی ۱۰۰ گرمی، چای کیسه‌ای، قند حبه بسته‌بندی دو عددی (۲ تا)، نان بربری
	ناهار ۱	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۳)	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۳)	سبزی پلو با ماهی قزل‌آلا، نارنج، خرما (۲ عدد)، نان نیمه حجیم (۱/۳)
پنجشنبه	ناهار ۲	چلو جوجه کباب، گوجه کبابی، دلستر لیمو (یک نفره)، شکلات مغزدار شیری، نان نیمه حجیم (۱/۳)	عدس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۳)	کلم پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۳)
	شام ۱	چلو جوجه کباب، گوجه کبابی، دلستر لیمو (یک نفره)، شکلات مغزدار شیری، نان نیمه حجیم (۱/۳)	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)
	شام ۲	کوکو سیب‌زمینی، سوپ رشته، خیارشور، نان تنوری (۲ عدد)	کوکو سیب‌زمینی، سوپ رشته، خیارشور، نان تنوری (۲ عدد)	کوفته تبریزی، سبزی یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)
جمعه	صبحانه	-	-	عسل یک نفره، کره ۱۵ گرمی، شیر استریل (۲۰۰CC) (۲ عدد)، چای کیسه‌ای، قند حبه بسته‌بندی دو عددی (۲ تا)، نان بربری
	ناهار ۱	چلو خورش فسنجان، نان نیمه حجیم (۱/۳)	چلو گوشت و بادمجان، نان نیمه حجیم (۱/۳)	چلو جوجه کباب، گوجه کبابی، نان نیمه حجیم (۱/۳)
	ناهار ۲	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۳)	املت، خلال سیب‌زمینی، خیارشور، نان بربری	عدس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۳)
شنبه	شام ۱	شامی کباب، آش رشته، سبزی یک نفره، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)، سیب	چیکن استراگانف، سوپ جو، سالاد فصل، سس مایونز یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)، سیب	رولت گوشت، آش رشته، سبزی یک نفره، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)، سیب
	شام ۲	بسته میوه (پرتقال، سیب، موز، نارنگی)، آش رشته، نان تنوری (۲ عدد)	بسته میوه (پرتقال، سیب، موز، نارنگی)، سوپ جو، نان تنوری (۲ عدد)	بسته میوه (پرتقال، سیب، موز، نارنگی)، آش رشته، نان تنوری (۲ عدد)

در صورت عدم دسترسی به مواد اولیه مورد نیاز، احتمال تغییر در برنامه غذایی وجود دارد