



امام کاظم (علیه السلام): کمک تو به ناتوان، از بهترین صدقه هاست. (تحف العقول، ص ۴۱۴)



روز	وعده غذایی	۱۴۰۱/۰۴/۱۱ تا ۱۴۰۱/۰۴/۱۵	۱۴۰۱/۰۴/۱۸ تا ۱۴۰۱/۰۴/۲۲	۱۴۰۱/۰۴/۲۵ تا ۱۴۰۱/۰۴/۲۹
شنبه	ناهار	چلو تن ماهی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۵)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، سالاد فصل، سس مایونز یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)
یکشنبه	ناهار	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۵)	<b>عیادت معیاد قربان</b> چلو جوجه کباب، دوغ لیوانی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۵)
دوشنبه	ناهار	عدس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	لوبیا پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	<b>عیادت معیاد خالین</b> چلو جوجه کباب، دلستر، نان نیمه حجیم (۱/۵)
سه شنبه	ناهار	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قورمه سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)
چهارشنبه	ناهار	چلو خورش قورمه سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو کباب کوبیده، گوجه کبابی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)

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

تاریخ تهیه این برنامه: ۱۴۰۱/۰۴/۰۹