

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینشگاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فشگیار	دمنوش	دوره پخت
شنبه ۱۴۰۴/۰۳/۱۰	صبحانه								
	شام	سوپ رشته	استامبولی پلو با خلال مرغ، بورانی اسفناج، ته چین مرغ، جوجه کباب (یک سیخ خام)	فلافل (تک)، کباب کوبیده (یک سیخ خام)، کوکو سبزی (تک)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	شیر پاکتی، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	میوه خشک (۲۰ گرمی)	بسته چای ترش	خیارشور، زیتون (۵ عدد)، سس انار، گوجهفرنگی، ماست و نعناع، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
یکشنبه ۱۴۰۴/۰۳/۱۱	صبحانه	عدسی							
	شام	آش رشته	بورانی سبزمینتی، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک کشک و بادمجان، خوراک مرغ سوخاری	زیره پلو با گوشت، کباب کوبیده (یک سیخ خام)، نیمرو (تک)	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	شیر سفید ۱۰۰ گرمی، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)، ماست و خیار	موز (۵۰ گرم)	بسته دمنوش گل گاو زبان	خیارشور، زیتون پرورده، سیب، گوجهفرنگی
دوشنبه ۱۴۰۴/۰۳/۱۲	صبحانه	املت (صبحانه)							
	شام	سوپ جو	ته چین مرغ، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک بلدرچین، خوراک قارچ و مرغ	کباب کوبیده (یک سیخ خام)، کوفته تبریزی، ناگت مرغ (تک)	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا سبزیجات	شیر پاکتی، ماست بادمجان (۷۵۰ گرمی)	بسته کنجد	بسته بالنگو (تخم شربتی)	خیارشور، زیتون (۵ عدد)، سالاد شیرازی، گوجهفرنگی، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
سه شنبه ۱۴۰۴/۰۳/۱۳	صبحانه								مغز گردو (۲۰ گرم)
	شام	آش رشته	جوجه کباب (یک سیخ خام)، سالاد الویه آماده، شله قلمکار	فلافل (تک)، کباب کوبیده (یک سیخ خام)، ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا قارچ و مرغ	شیر سفید ۱۰۰ گرمی، کشک پاکتی (۲۰۰ گرمی)، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	انجیر خشک	بسته دمنوش بهلیمو	خیارشور، زیتون پرورده، گوجهفرنگی، ماست و نعناع، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۳/۱۴	صبحانه								
	شام								

سالروز رحلت امام خمینه (و)

تعطیل

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینشگاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فشگیار	دمنوش	دوره پخت
شنبه ۱۴۰۴/۰۳/۱۷	صبحانه								
	شام	سوپ جو	بورانی سبزمینتی، ته چین مرغ، خوراک لوبیا با قارچ	سالاد الویه آماده، کباب کوبیده (یک سیخ)، کباب کوبیده (یک سیخ خام)	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا سبزیجات	شیر سفید ۱۰۰ گرمی، شیر پاکتی، ماست و نعناع	بسته کنجد	بسته دمنوش سیب	زیتون (۵ عدد)، گوجهفرنگی
یکشنبه ۱۴۰۴/۰۳/۱۸	صبحانه	املت (صبحانه)							
	شام	آش رشته	استامبولی پلو با گوشت، جوجه کباب (یک سیخ خام)، جوجه کباب (یک سیخ)، خوراک بلدرچین	خوراک کدو، کوکو سبزی (تک)، مرغ سوخاری (تک)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	ماست بادمجان (۷۵۰ گرمی)، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	بسته عناب	بسته دمنوش گل گاو زبان	زیتون پرورده، سالاد شیرازی، گوجهفرنگی، موز
دوشنبه ۱۴۰۴/۰۳/۱۹	صبحانه								
	شام	سوپ رشته	اشکنه کشک و بنه، آبگوشت، خوراک راگو، خوراک مرغ بندری	کباب کوبیده (یک سیخ)، کباب کوبیده (یک سیخ خام)، ناگت مرغ (تک)	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	شیر پاکتی، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	میوه خشک (۲۰ گرمی)	بسته دمنوش بهلیمو	خلال سبزمینتی ۵۰ گرمی، خیارشور، گوجهفرنگی، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
سه شنبه ۱۴۰۴/۰۳/۲۰	صبحانه	عدسی							
	شام	سوپ جو	بورانی اسفناج، جوجه کباب (یک سیخ)، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک شنیسل مرغ	فلافل (تک)، ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، ماهی قزل آلا (تک)	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا سبزیجات	خامه کاکائویی (۱۰۰ گرمی)، ماست بادمجان (۷۵۰ گرمی)	خرما خشک	بسته دمنوش دارچین	خیارشور، سالاد شیرازی، گوجهفرنگی
چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۳/۲۱	صبحانه	فرنی							
	شام	آش رشته	ته چین مرغ، خوراک قارچ و مرغ، خوراک لوبیا با قارچ، کباب کوبیده (یک سیخ)	کباب کوبیده (یک سیخ خام)، کوکو سبزمینتی، میرزا قاسمی	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا قارچ و مرغ	شیر سفید ۱۰۰ گرمی، شیر پاکتی، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	موز (۵۰ گرم)	بسته بالنگو (تخم شربتی)	خیارشور، زیتون پرورده، سیب، شوری، گوجهفرنگی