

برنامه غذایی اقلام ثابت آفرینشگاه غذایی

| ردیف | شام                       |
|------|---------------------------|
| ۱    | آب هویج                   |
| ۲    | برنج (تک)                 |
| ۳    | تخم مرغ آب پز (یک عدد)    |
| ۴    | دوغ لیوانی                |
| ۵    | سالاد فصل                 |
| ۶    | سبزی یک نفره              |
| ۷    | سس کچاپ یک نفره           |
| ۸    | سیب زمینی آب پز (یک عدد)  |
| ۹    | شیر خرما                  |
| ۱۰   | شیر موز                   |
| ۱۱   | شیر نارگیل                |
| ۱۲   | کیک شکلاتی ۶۰ گرمی        |
| ۱۳   | لیوان کاغذی               |
| ۱۴   | ماست یک نفره              |
| ۱۵   | نان بربری                 |
| ۱۶   | نان بربری (۱/۲)           |
| ۱۷   | نان لواش                  |
| ۱۸   | نان لواش (۱/۲)            |
| ۱۹   | نسکافه یک نفره فوری (۳×۱) |

| ردیف | صبحانه                    |
|------|---------------------------|
| ۱    | پنیر خامه ای ۱۰۰ گرمی     |
| ۲    | پنیر خامه ای ۳۰ گرمی      |
| ۳    | تخم مرغ آب پز (یک عدد)    |
| ۴    | چای                       |
| ۵    | خامه عسلی ۱۰۰ گرمی        |
| ۶    | شیر استریل (۲۰۰ CC)       |
| ۷    | شیر کائو استریل (۲۰۰ CC)  |
| ۸    | شیرینی خرمايي             |
| ۹    | عسل یک نفره               |
| ۱۰   | کره ۱۵ گرمی               |
| ۱۱   | کره بادام زمینی           |
| ۱۲   | کره کنجد                  |
| ۱۳   | کیک شکلاتی ۶۰ گرمی        |
| ۱۴   | لیوان کاغذی               |
| ۱۵   | مربا یک نفره              |
| ۱۶   | نان بربری                 |
| ۱۷   | نان لواش                  |
| ۱۸   | نبات نی دار               |
| ۱۹   | نسکافه یک نفره فوری (۳×۱) |
| ۲۰   | نیمرو (تک)                |