

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینشگاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فشگیار	دمنوش	دورچین
شنبه ۱۴۰۴/۰۱/۱۶	صبحانه	سوپ رشته	بورانی سیبزمینی، ناگت مرغ (تک)، ماهی قزل آلا (تک)	کیاب کوبیده (یک سیخ)، ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، نیمرو (تک)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	پنیر خامه‌ای ۱۰۰ گرمی، کره ۱۵ گرمی	میوه خشک (۲۰ گرمی)	بسته دمنوش بهارنارنج	ترشی لیمو، خلال سیبزمینی ۵۰ گرمی، خیارشور، زیتون پرورده، سالاد شیرازی، لیمو ترش (۵۰ گرم)، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
	صبحانه فرنی								
یکشنبه ۱۴۰۴/۰۱/۱۷	صبحانه	آش رشته	استامبولی پلو با خلال مرغ، جوجه کیاب (یک سیخ)، خوراک کشک و بادمجان	خوراک لوبیا با قارچ، کوکو سبزی (تک)، مرغ (تک)	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	کره ۱۵ گرمی، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	انجیر خشک	بسته دمنوش سیب	پرتقال تامسون، خیارشور، زیتون (۵ عدد)
	صبحانه املت (صبحانه)								
دوشنبه ۱۴۰۴/۰۱/۱۸	صبحانه	سوپ جو	استامبولی پلو با خلال مرغ، اشکنه کشک، بورانی اسفناج	سالاد ماکارونی (مرغ)، شامی کیاب	پیتزا سبزیجات، پیراشکی سویا سببزمینی، مینی پیتزا سبزیجات	شیر پاکتی، کره ۱۵ گرمی	مویز (۵۰ گرم)	بسته بالنگو (تخم شربتی)	خیارشور، زیتون پرورده، سالاد شیرازی
	صبحانه لوبیا گرم								
سه‌شنبه ۱۴۰۴/۰۱/۱۹	صبحانه	آش رشته	بورانی سیبزمینی، ته چین مرغ، خوراک کشک و بادمجان	خوراک راگو، فالافل (تک)، کوکو سیبزمینی	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، خامه کاکائویی (۱۰۰ گرمی)، ماست و نعناع	میوه خشک (۲۰ گرمی)	بسته جای ترش	خیارشور، زیتون (۵ عدد)، سیب، گوجه‌فرنگی، لیمو ترش (۵۰ گرم)، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
	صبحانه عدسی								
چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۱/۲۰	صبحانه	سوپ جو	استامبولی پلو با گوشت، املت خاویار بادمجان، خورش آلو اسفناج	خوراک شنبل مرغ، رولت گوشت، نیمرو (تک)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	پنیر خامه‌ای ۱۰۰ گرمی، شیر پاکتی	بادام زمینی (۵۰ گرم)	بسته دمنوش کاکوتی	خیارشور، زیتون پرورده، سالاد شیرازی، سس انار

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینشگاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فشگیار	دمنوش	دورچین
شنبه ۱۴۰۴/۰۱/۲۳	صبحانه	سوپ رشته	املت سبزیجات، باقالی پلو با خلال مرغ، ته چین مرغ	فالافل (تک)، کیاب کوبیده (یک سیخ)، کوفته تبریزی	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا سبزیجات	شیر پاکتی، کره ۱۵ گرمی، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	میوه خشک (۲۰ گرمی)	بسته دمنوش گل گاو زبان	پرتقال تامسون، خیارشور، زیتون پرورده، گوجه‌فرنگی، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
	صبحانه شیر برنج								
یکشنبه ۱۴۰۴/۰۱/۲۴	صبحانه	سوپ جو	استامبولی پلو با خلال مرغ، اشکنه کشک و بنه، آبگوشت	روتی مرغ، مرغ سوخاری (تک)، نیمرو (تک)	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	کره ۱۵ گرمی، ماست بادمجان (۷۵۰ گرمی)	مویز (۵۰ گرم)	بسته بالنگو (تخم شربتی)	خلال سیبزمینی ۵۰ گرمی، گرمی، خیارشور، زیتون (۵ عدد)، سالاد شیرازی، سس انار، سیب
	صبحانه عدسی								
دوشنبه ۱۴۰۴/۰۱/۲۵	صبحانه	سوپ رشته	پاچین مرغ بریانی (تک)، خوراک راگو، سالاد ماکارونی (مرغ)	کیاب مرغ (یک سیخ)، کوکو سیبزمینی، ماش پلو با گوشت	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، شیر پاکتی	انجیر خشک	بسته دمنوش سیب	خیارشور، گوجه‌فرنگی، لیمو ترش (۵۰ گرم)، موز
	صبحانه املت (صبحانه)								
سه‌شنبه ۱۴۰۴/۰۱/۲۶	صبحانه	آش رشته	بورانی اسفناج، ته چین مرغ، جوجه کیاب (یک سیخ)	سالاد الویه آماده، ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، کوکو سیبزمینی	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	خامه کاکائویی (۱۰۰ گرمی)، ماست و نعناع	میوه خشک (۲۰ گرمی)	بسته دمنوش کاکوتی	خیارشور، زیتون پرورده، سالاد شیرازی، سیب
	صبحانه لوبیا گرم								
چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۱/۲۷	صبحانه	سوپ جو	خوراک کشک و بادمجان، سالاد ماکارونی (مرغ)، خوراک شنبل مرغ	فالافل (تک)، کیاب کوبیده (یک سیخ)، عدس پلو با کشمش	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا سبزیجات	پنیر خامه‌ای ۱۰۰ گرمی، شیر پاکتی، کره ۱۵ گرمی	تخم کدو	بسته دمنوش بهارنارنج	پرتقال تامسون، خیارشور، زیتون (۵ عدد)، سس انار، گوجه‌فرنگی، نان باگت (۲۰۰ گرمی)