

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینشگاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فشگیار	ده‌نوش	دوره‌بین
شنبه ۱۴۰۴/۰۲/۲۷	صبحانه								
	شام	سوپ رشته	اشکنه کشک، ایکرا، ته چین مرغ، جوجه کباب (یک سیخ خام)	کباب کوبیده (یک سیخ خام)، کوکو سبزی (تک)، ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، نیمرو (تک)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	شیر پاکتی، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	سویا آجیلی	بسته چای ترش	خیارشور، زیتون (۵ عدد)، سس انار، گوجه‌فرنگی
یکشنبه ۱۴۰۴/۰۲/۲۸	صبحانه								
	شام	سوپ جو	بورانی سببزمینی، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک لوبیا با قارچ	زیره پلو با گوشت، فالافل (تک)، کباب کوبیده (یک سیخ خام)، کوفته تبریزی	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)، ماست و خیار	موز (۵۰ گرم)	بسته دم‌نوش گل گاو زبان	خیارشور، زیتون پرورده، گوجه‌فرنگی، موز، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
دوشنبه ۱۴۰۴/۰۲/۲۹	صبحانه	عدسی							
	شام	آش رشته	املت خاویار بادمجان، ته چین مرغ، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک رنگین کمان، رولت گوشت	سالاد الویه آماده، کباب کوبیده (یک سیخ خام)، 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 ۱۴۰۴/۰۲/۳۰	صبحانه	فرنی							
	شام	سوپ رشته	استامبولی پلو با خلال مرغ، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک رنگین کمان، خوراک شنپسل مرغ	شامی کباب، فالافل (تک)، کباب کوبیده (یک سیخ خام)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا قارچ و مرغ	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، کشک پاکتی (۲۰۰ گرمی)، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی، ماست و نعناع	بادام زمینی (۵۰ گرم)	بسته دم‌نوش به‌لیمو	خیارشور، زیتون پرورده، گوجه‌فرنگی، لیمو ترش (۵۰ گرم)
چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۲/۳۱	صبحانه	املت (صبحانه)							
	شام	سوپ جو	بورانی اسفناج، ته چین مرغ، جوجه کباب (یک سیخ خام)، عدس پلو با کشمش	کباب کوبیده (یک سیخ خام)، کوکو سببزمینی، میرزا قاسمی	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا رست بیف	شیر پاکتی، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	بسته عناب	بسته دم‌نوش به	حلوای شکری ۵۰ گرمی، خیارشور، سالاد شیرازی، سبب، گوجه‌فرنگی

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینشگاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فشگیار	ده‌نوش	دوره‌بین
شنبه ۱۴۰۴/۰۳/۰۳	صبحانه								
	شام	سوپ جو	بورانی سببزمینی، ته چین مرغ، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک لوبیا با قارچ	سالاد الویه آماده، کباب کوبیده (یک سیخ خام)، ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، ماهی قزل آلا (تک)	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا سبزیجات	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، شیر پاکتی	خرما خشک	بسته دم‌نوش سیب	زیتون (۵ عدد)، سالاد شیرازی، گوجه‌فرنگی
یکشنبه ۱۴۰۴/۰۳/۰۴	صبحانه	لوبیا گرم							
	شام	سوپ رشته	استامبولی پلو با گوشت، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک مرغ بندری، فالافل (تک)	کباب کوبیده (یک سیخ خام)، کنسرو ماهی (۱۲۰ گرمی)، مرغ (تک)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا قارچ و مرغ	خامه عسلی ۱۰۰ گرمی، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	بسته عناب	بسته دم‌نوش بابونه	زیتون پرورده، گوجه‌فرنگی، لیمو ترش (۵۰ گرم)، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
دو شنبه ۱۴۰۴/۰۳/۰۵	صبحانه								
	شام	سوپ جو	ته چین مرغ، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک، سالاد الویه آماده، شله قلمکار	کباب کوبیده (یک سیخ خام)، نیمرو (تک)، پنجه بادمجان	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	شیر پاکتی، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	سویا آجیلی	بسته دم‌نوش به‌لیمو	خیارشور، عسل یک نفره، گوجه‌فرنگی، سبب، نان باگت (۲۰۰ گرمی)
سه شنبه ۱۴۰۴/۰۳/۰۶	صبحانه	املت (صبحانه)							
	شام	آش رشته	جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک شنپسل مرغ، خوراک کشک و بادمجان	شامی کباب، عدس پلو با کشمش، کباب کوبیده (یک سیخ خام)	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا سبزیجات	خامه کاکائویی (۱۰۰ گرمی)، ماست بادمجان (۷۵۰ گرمی)	بسته عناب	بسته چای ترش	خیارشور، سالاد شیرازی، گوجه‌فرنگی
چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۳/۰۷	صبحانه								
	شام	سوپ جو	اشکنه کشک و بنه، ته چین مرغ، جوجه کباب (یک سیخ خام)، خوراک قارچ و مرغ	خوراک لوبیا با قارچ، کباب کوبیده (یک سیخ خام)، کوکو سبزی (تک)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، شیر پاکتی، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	موز (۵۰ گرم)	بسته بالنگو (تخم شربتی)	زیتون پرورده، شوری، گوجه‌فرنگی، موز، خلال سببزمینی ۵۰ گرمی، خیارشور