

برنامه غذایی اقلام ثابت آفرینشگاه غذایی

ردیف	شام
۱	آب هویج
۲	برنج (تک)
۳	دوغ لیوانی
۴	سالاد الویه آماده
۵	سالاد فصل
۶	سبزی یک نفره
۷	سس کچاپ یک نفره
۸	شیر خرما
۹	شیر موز
۱۰	شیر نارگیل
۱۱	شیرینی خرمایی
۱۲	کره ۲۵ گرمی
۱۳	کنسرو ماهی (۱۲۰ گرمی)
۱۴	کیک شکلاتی ۶۰ گرمی
۱۵	گوجه‌فرنگی
۱۶	ماست یک نفره
۱۷	نان باگت (۲۰۰ گرمی)
۱۸	نان بربری
۱۹	نان بربری (۱/۲)
۲۰	نان لواش
۲۱	نان لواش (۱/۲)
۲۲	نسکافه یک نفره فوری (۳×۱)

ردیف	صبحانه
۱	پنیر خامه‌ای ۳۰ گرمی
۲	تخم‌مرغ آب‌پز (یک عدد)
۳	چای
۴	خامه عسلی ۱۰۰ گرمی
۵	خرما (۲ عدد)
۶	شیر استریل (۲۰۰CC)
۷	شیرینی خرمایی
۸	عسل یک نفره
۹	کره ۱۵ گرمی
۱۰	کره بادام زمینی
۱۱	کره کنجد
۱۲	کیک شکلاتی ۶۰ گرمی
۱۳	لبوان کاغذی
۱۴	مربا آلبالو یک نفره
۱۵	مربا هویج یک نفره
۱۶	نان بربری
۱۷	نان لواش
۱۸	نسکافه یک نفره فوری (۳×۱)
۱۹	نیمرو (تک)