

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینشگاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فشکبار	دمنوش	دوره‌پز
شنبه ۱۴۰۴/۰۹/۰۱	صبح‌نم	لوبیا گرم							
	شام	آش رشته	کیاب کوبیده (یک سیخ)، کوکو سبزی (تک)، ناگت مرغ (تک)	بورانی سیب‌زمینی، ته چین مرغ	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا رست بیف	شیر پاکتی، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	انجیر خشک	بسته دمنوش به‌لبمو زیتون پرورده، سالاد شیرازی	خیارشور،
یک‌شنبه ۱۴۰۴/۰۹/۰۲	صبح‌نم	فرنی							
	شام	سوپ جو	جوجه کیاب (یک سیخ)، شله قلمکار، ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)	املت سبزیجات، مرغ ترش (تک)	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا قارچ و مرغ	پنیر خامه‌ای ۳۰ گرمی، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	میوه خشک (۵۰ گرمی)	بسته دمنوش آویشن باغی	سیب، شوری آب گوجه‌ای
دوشنبه ۱۴۰۴/۰۹/۰۳	صبح‌نم								
	شام								
سه‌شنبه ۱۴۰۴/۰۹/۰۴	صبح‌نم	عدسی							
	شام	سوپ رشته	کیاب کوبیده (یک سیخ)، کوکو مرغ	ته چین مرغ، خوراک سیب‌زمینی تخم‌مرغ، کوفته تبریزی	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا رست بیف	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی	بادام زمینی (۵۰ گرم)	بسته دمنوش گل‌گاو زبان	خیارشور، ماقوت
چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۹/۰۵	صبح‌نم	املت (صبحانه)							
	شام	سوپ جو	جوجه کیاب (یک سیخ)، سالاد ماکارونی (مرغ)، کشک و بادمجان	بورانی اسفناج، فلافل (تک)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا سبزیجات	شیر پاکتی، کشک پاکتی (۲۰۰ گرمی)، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	تخم کدو	بسته دمنوش سیب	پر تقال تامسون، زیتون پرورده، شوری آب گوجه‌ای

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینشگاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فشکبار	دمنوش	دوره‌پز
شنبه ۱۴۰۴/۰۹/۰۸	صبح‌نم	عدسی							
	شام	سوپ جو	کیاب کوبیده (یک سیخ)، کوفته تبریزی، ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)	ایکرا، ته چین مرغ	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا گوشت و قارچ	شیر استریل (۲۰۰CC)، شیر پاکتی، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	انجیر خشک	بسته دمنوش گل‌گاو زبان	سالاد شیرازی، شوری آب گوجه‌ای
یک‌شنبه ۱۴۰۴/۰۹/۰۹	صبح‌نم	املت (صبحانه)							
	شام	آش رشته	جوجه کیاب (یک سیخ)، شنیسل مرغ (تک)، عدس پلو با گوشت	اشکنه کشک، رولت گوشت	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا قارچ و مرغ	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، کشک پاکتی (۲۰۰ گرمی)	مویز (۵۰ گرم)	بسته دمنوش به‌لبمو ماست و نعناع	خیارشور، زیتون پرورده، ماست و نعناع
دوشنبه ۱۴۰۴/۰۹/۱۰	صبح‌نم	شیر برنج							
	شام	سوپ رشته	سالاد ماکارونی (مرغ)، کیاب کوبیده (یک سیخ)، کوکو سیب‌زمینی	ته چین مرغ، مرغ ترش (تک)	پیتزا گوشت و قارچ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا گوشت و قارچ	شیر پاکتی، شیر کاکائو استریل (۲۰۰CC)، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	تخم کدو	بسته دمنوش آویشن باغی	پیاز جعفری، خیارشور، مس انار
سه‌شنبه ۱۴۰۴/۰۹/۱۱	صبح‌نم	لوبیا گرم							
	شام	سوپ جو	جوجه کیاب (یک سیخ)، خوراک قارچ و مرغ، فلافل (تک)	ماش پلو با گوشت، یتیمچه بادمجان	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	میوه خشک (۲۰ گرمی)	بسته چای ترش	خلال سیب‌زمینی ۵۰ گرمی، خیارشور، سالاد شیرازی
چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۹/۱۲	صبح‌نم								
	شام	سوپ رشته	آبگوشت، باقالی پلو با خلال مرغ، کیاب کوبیده (یک سیخ)	ته چین مرغ، خوراک سیب‌زمینی تخم‌مرغ	پیتزا گوشت و قارچ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا گوشت و قارچ	شیر پاکتی، شیر کاکائو استریل (۲۰۰CC)، ماست ساده (۴۵۰ گرمی)	بادام زمینی (۵۰ گرم)	بسته دمنوش سیب	ترشی لیته، ماقوت، ماست و خیار