

U برنامه غذایی غذاخوری‌های پردیس - مهر

ایام هفته	وعده غذایی	۸۷/۰۹/۱۴ تا ۸۷/۰۹/۰۹ هفته ۳۸	۸۷/۰۹/۲۱ تا ۸۷/۰۹/۱۶ هفته ۳۹	۸۷/۰۹/۲۸ تا ۸۷/۰۹/۲۳ هفته ۴۰
شنبه	صبحانه	پنیر - خرما - گردو - چای	کره - مربا - چای	عسل - کره - چای
	ناهار	سبزی پلو با تن ماهی - خرما - نارنج	چلو جوجه کباب - دوغ تکنفره - نارنج	چلو خورشت قیمه
یارب العالمین	شام	زیره پلو با گوشت - ماست - میوه	U پیراشکی - آش رشته - شله زرد - سس تکنفره - میوه	شامی کباب - آش رشته - خیار شور - هویج پخته
	جایگزین شام	خوراک کشک بادمجان - سبزی - میوه	U آبگوشت - ترشی - شله زرد - میوه	سالاد ماکارونی - آش رشته - هویج پخته
یکشنبه	صبحانه	خوراک عدسی - پنیر - چای	پنیر - خرما - گردو - چای	خوراک لوبیا - پنیر - چای
	ناهار	چلو خورشت کرفس - ماست	چلو خورشت خلال بادام - ماست	شویب پلو با مرغ - شوری
یادای الجلال و الاکرام	شام	چلو جوجه کباب - سوپ رشته	شله قلمکار - پنیر - خرما - سبزی	U اشترودل - سوپ سبزیجات - سس تکنفره - خیار شور - میوه
	جایگزین شام	کنسرو لوبیا - سوپ رشته	ناگت - خلال سیب زمینی - سس تکنفره - سوپ رشته - سبزی	U عدس پلو با گوشت - ماست - میوه
دوشنبه	صبحانه	عسل - کره - چای	عدسی - پنیر - چای	حلوا شکری - شیر - چای
	ناهار	چلو کباب کوبیده - ماست	زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل	چلو کباب کوبیده - ماست
یا قاضی الحاجات	شام	سالاد الویه - آش رشته - میوه	U سبزی پلو (نیم پرس) با ماهی قزل آلا - خرما - سوپ رشته	ماکارونی - شوری - سس یک نفره - میوه
	جایگزین شام	پلو سبزیجات - ماست - میوه	بورانی سیب زمینی - سوپ رشته	رولت گوشت - سوپ رشته - خیار شور - میوه
سه‌شنبه	صبحانه	تخم مرغ آب پز - خیار شور - چای		پنیر - خرما - گردو - چای
	ناهار	چلو خورشت قیمه		چلو خورشت قورمه سبزی
یا ارحم الراحمین	شام	U اشترودل - سوپ شیر - خیار شور - سس تکنفره		چلو جوجه کباب - سوپ جو - زیتون
	جایگزین شام	U کوفته تبریزی - خیار شور - سوپ شیر		بورانی اسفناج - ماست - زیتون
چهارشنبه	صبحانه	حلوا شکری - شیر - چای	نیمرو - خیار شور - چای	
	ناهار	چلو خورشت فسنگان	چلو خورشت قورمه سبزی	
یا حی و یا قیوم	شام	خوراک کباب کوبیده - سبزی خوردن - سوپ جو - خلال سیب زمینی	استامبولی پلو با خلال مرغ - ماست - میوه	
	جایگزین شام	بورانی اسفناج - ماست - سوپ جو	سالاد ذرت و مرغ - لپو - سوپ رشته - میوه	
پنجشنبه لااله الاالله الملك الحق المبين	صبحانه	خوراک لوبیا - پنیر - چای	حلوا شکری - شیر - چای	نیمرو - خیار شور - چای
	ناهار	چلو گوشت بادمجان - ماست	چلو کباب کوبیده - ماست و نعنای	سبزی پلو با تن ماهی - خرما - سالاد فصل

U برنامه غذایی غذاخوری‌های فجر - یاس - میلاد

ایام هفته	وعده غذایی	۸۷/۰۹/۱۴ تا ۸۷/۰۹/۰۹ هفته ۳۸	۸۷/۰۹/۲۱ تا ۸۷/۰۹/۱۶ هفته ۳۹	۸۷/۰۹/۲۸ تا ۸۷/۰۹/۲۳ هفته ۴۰	
شنبه	صبحانه	پنیر - خرما - گردو - چای	کره - مربا - چای	عسل - کره - چای	
	ناهار	سبزی پلو با تن ماهی - خرما - نارنج	چلو جوجه کباب - دوغ تکنفره - نارنج	چلو خورشت قیمه	
یارب العالمین	شام	زیره پلو با گوشت - ماست - میوه	U خوراک قارچ و گوشت - سوپ جو - سس تکنفره - میوه	شامی کباب - آش رشته - خیار شور - هویج پخته	
	جایگزین شام	خوراک کشک بادمجان - سبزی - میوه	U آبگوشت - ترشی - میوه	سالاد ماکارونی - آش رشته - هویج پخته	
یکشنبه	صبحانه	خوراک عدسی - پنیر - چای	پنیر - خرما - گردو - چای	خوراک لوبیا - پنیر - چای	
	ناهار	چلو خورشت کرفس - ماست	چلو خورشت خلال بادام - ماست	شوید پلو با مرغ - شوری	
یاذی الجلال و الاکرام	شام	چلو جوجه کباب - سوپ رشته	شله قلمکار - پنیر - خرما - سبزی	U عدس پلو با گوشت - ماست میوه	
	جایگزین شام	کنسرو لوبیا - سوپ رشته	ناگت - خلال سیب زمینی - سس تکنفره - سوپ رشته - سبزی	U بز قورمه - ماست - میوه	
دوشنبه	صبحانه	عسل - کره - چای	عدسی - پنیر - چای	حلوا شکری - شیر - چای	
	ناهار	چلو کباب کوبیده - ماست	زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل	چلو کباب کوبیده - ماست	
یا قاضی الحاجات	شام	سالاد الویه - آش رشته - میوه	U سبزی پلو با ماهی قزل آلا - خرما - سوپ رشته	ماکارونی - شوری - سس یک نفره - میوه	
	جایگزین شام	پلو سبزیجات - ماست - میوه	بورانی سیب زمینی - سوپ رشته	رولت گوشت - سوپ رشته - خیار شور - میوه	
سهشنبه	صبحانه	تخم مرغ آب پز - خیار شور - چای		پنیر - خرما - گردو - چای	
	ناهار	چلو خورشت قیمه		چلو خورشت قورمه سبزی	
یا ارحم الراحمین	شام	U کوفته تبریزی - سوپ شیر - خیار شور			چلو جوجه کباب - سوپ جو - زیتون
	جایگزین شام	U اشترودل - سوپ شیر - خیار شور - سس تکنفره			بورانی اسفناج - ماست - زیتون
چهارشنبه	صبحانه	حلوا شکری - شیر - چای		نیمرو - خیار شور - چای	
	ناهار	چلو خورشت فسنگان		چلو خورشت قورمه سبزی	
یا حی و یا قیوم	شام	خوراک کباب کوبیده - سبزی خوردن - سوپ جو - خلال سیب زمینی			استامبولی پلو با خلال مرغ - ماست - میوه
	جایگزین شام	بورانی اسفناج - ماست - سوپ جو			سالاد ذرت و مرغ - لبو - سوپ رشته - میوه
پنجشنبه لااله الا الله الملك الحق المبين	صبحانه	خوراک لوبیا - پنیر - چای		نیمرو - خیار شور - چای	
	ناهار	چلو گوشت بادمجان - ماست		چلو کباب کوبیده - ماست و نعنای	سبزی پلو با تن ماهی - خرما - سالاد فصل