

! امام حسن (علیه السلام) فرمودند: شستن دستها پیش از غذا، فقر را از بین می برد و بعد از غذا، غم و اندوه را می زداید. !

برنامه غذایی غذاخوری های پردیس - مهر

ایام هفته	وعده غذایی	1387/11/24 تا 1387/11/19	1387/12/1 تا 1387/11/26	1387/12/7 تا 1387/12/3
شنبه	صبحانه ناهار	پنیر - گردو - خرما - چای چلو جوجه کباب - ماست	کره - مربا - چای چلو خورشت قیمه	کره - عسل - چای چلو خورشت قرمه سبزی
یارب العالمین	شام جایگزین شام	ماکارونی - سس تک نفره - شوری - میوه آبگوشت - شوری - میوه	سالاد الویه - خوراک لوبیا - میوه ماش پلو - ماست - میوه	خوراک مرغ - سوپ رشته - خلال سیب زمینی - هویج پخته سالاد ماکارونی - سوپ رشته - هویج پخته
یکشنبه	صبحانه ناهار	کره - مربا - چای چلو خورشت قیمه	تخم مرغ آب پز - خیار شور - چای شوید پلو با مرغ	نیمرو - خیار شور - چای سبزی پلو با ماهی - خرما - سالاد فصل
یاذی الجلال و الاکرام	شام جایگزین شام	پیراشکی - آش رشته - سس تک نفره - شلغم خوراک شامی کباب - آش رشته - شلغم	شله قلمکار - پنیر - خرما خوراک کشک بادمجان - پنیر - خرما	کوکو سیب زمینی - آش رشته - خیار شور - میوه ساندویچ سرد - آش رشته - میوه
دوشنبه	صبحانه ناهار	حلوا شکری - شیر - چای زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل	اربعین حسینی (ع)	پنیر - گردو - خرما - چای چلو خورشت آلو
یا قاضی الحاجات	شام جایگزین شام	سبزی پلو (نیم پرس) با ماهی قزل آلا - خرما - سوپ رشته بورانی سیب زمینی - ماست - سوپ رشته		استامبولی پلو با خلال مرغ - ماست - میوه آبگوشت - ترشی - میوه
سه شنبه	صبحانه ناهار	یوم الله 22 بهمن گرامی باد.		پنیر - گردو - خرما - چای چلو کباب کوبیده - ماست
یا ارحم الراحمین	شام جایگزین شام		ماکارونی - شوری - سس تک نفره - میوه کوفته تبریزی - سوپ ماست - میوه	
چهارشنبه	صبحانه ناهار		نیمرو - خیار شور - چای چلو خورشت قرمه سبزی	کره - مربا - چای چلو کباب کوبیده - ماست
یا حی و یا قیوم	شام جایگزین شام	استامبولی پلو - ماست - میوه سالاد ذرت و مرغ - سوپ برنج - میوه	خوراک قارچ و گوشت - سوپ آلو پلو سبزیجات - ماست	شله قلمکار - پنیر - خرما عدس پلو با گوشت - ماست - خرما
پنجشنبه لااله الا الله الملك الحق المبين	صبحانه ناهار	کره - عسل - چای چلو کباب مرغ - ماست و نعناع	حلوا شکری - شیر - چای سبزی پلو با تن ماهی - خرما - سالاد فصل	شهادت امام رضا (ع)

! امام حسن (علیه السلام) فرمودند: شستن دستها پیش از غذا، فقر را از بین می برد و بعد از غذا، غم و اندوه را می زداید. !

برنامه غذایی غذاخوری های فجر - یاس - میلاد

ایام هفته	وعده غذایی	1387/11/19 تا 1387/11/24	1387/11/26 تا 1387/12/1	1387/12/3 تا 1387/12/7
شنبه	صبحانه ناهار	پنیر - گردو - خرما - چای چلو جوجه کباب - ماست	کره - مربا - چای چلو خورش قیمة	کره - عسل - چای چلو خورش قرمه سبزی
یا رب العالمین	شام جایگزین شام	ماکارونی - سس تک نفره - شوری - میوه آبگوشت - شوری - میوه	سالاد الویه - خوراک لویا - میوه ماش پلو - ماست - میوه	خوراک مرغ - سوپ رشته - خلال سیب زمینی - هویج پخته سالاد ماکارونی - سوپ رشته - هویج پخته
یکشنبه	صبحانه ناهار	کره - مربا - چای چلو خورش قیمة	تخم مرغ آب پز - خیار شور - چای شوید پلو با مرغ	نیمرو - خیار شور - چای سبزی پلو با ماهی - خرما - سالاد فصل
یادی الجلال و الاکرام	شام جایگزین شام	خوراک شامی کباب - آش رشته - شلغم پیراشکی - آش رشته - سس تک نفره - شلغم	شله قلمکار - پنیر - خرما خوراک کشک بادمجان - پنیر - خرما	کوکو سیب زمینی - آش رشته - خیار شور - میوه ساندویچ سرد - آش رشته
دوشنبه	صبحانه ناهار	حلوا شکری - شیر - چای زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل	اربعین حسینی (ع)	پنیر - گردو - خرما - چای چلو خورش آلو
یا قاضی الحاجات	شام جایگزین شام	سبزی پلو با ماهی قزل آلا - خرما - سوپ رشته بورانی سیب زمینی - ماست - سوپ رشته		استامبولی پلو با خلال مرغ - ماست - میوه آبگوشت - ترشی - میوه
سهشنبه	صبحانه ناهار	یوم الله 22 بهمن گرامی باد		پنیر - گردو - خرما - چای چلو کباب کوبیده - ماست
یا ارحم الراحمین	شام جایگزین شام		ماکارونی - شوری - سس تک نفره - میوه کوفته تبریزی - سوپ ماست - میوه	
چهارشنبه	صبحانه ناهار		نیمرو - خیار شور - چای چلو خورش قرمه سبزی	کره - مربا - چای چلو کباب کوبیده - ماست
یا حی و یا قیوم	شام جایگزین شام	استامبولی پلو - ماست - میوه سالاد ذرت و مرغ - سوپ برنج - میوه	خوراک قارچ و گوشت - سوپ آلو پلو سبزیجات - ماست	شله قلمکار - پنیر - خرما عدس پلو با گوشت - ماست - خرما
پنجشنبه لااله الا الله الملك الحق المبين	صبحانه ناهار	کره - عسل - چای چلو کباب مرغ - ماست و نعناع	حلوا شکری - شیر - چای سبزی پلو با تن ماهی - خرما - سالاد فصل	شهادت امام رضا (ع)