



! امام حسین (علیه السلام) فرمودند: بدانید که دنیا شیرینی و تلخی اش رؤیایی بیش نیست، و آگاهی و بیداری واقعی در آخرت است. !

برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره امور تغذیه

ایام هفته	وعده غذایی	88/09/26 تا 88/09/21 هفته 39	88/10/3 تا 88/09/28 هفته 38	88/10/10 تا 88/10/7 هفته 40
شنبه	صبحانه	چای - پنیر - گردو - خرما	چای - کره - عسل	<p>السلام علی ابن حسین و علی علی بن حسین علیهما السلام</p> <p>احمد و علی اولاد حسین و علی صحابه استین</p>
	ناهار	سبزی پلو تن ماهی - خرما - سالاد فصل	چلو کباب کوبیده - ماست و نعنای	
	شام	خوراک کباب کوبیده - سوپ جو - خیار شور - خلال سیب زمینی	خوراک شنیسل مرغ - سوپ سبزیجات - خیار شور - سس تک نفره	
یک شنبه	جایگزین شام	سالاد ماکارونی - سوپ جو	بورانی سیب زمینی - خیار شور - سوپ سبزیجات	
	صبحانه	چای - کره - عسل - نان شیرمال	چای - نیمرو - خیار شور	
	ناهار	چلو خورشت قیمه	چلو خورشت آلو	
دوشنبه	شام	ماکارونی - سس تک نفره - شوری - میوه	خوراک الویه - عدسی - میوه	
	جایگزین شام	کوفته تبریزی - شوری - میوه	پلو سبزیجات - ماست - میوه	
	صبحانه	چای - تخم مرغ آب پز - پنیر - زرشک پلو با مرغ - سوپ رشته	چای - حلواشکری - شیر	
سه شنبه	ناهار	کو کوسیب زمینی - آش رشته - لپو	سبزی پلو ماهی - خرما - سالاد فصل	
	شام	ماش پلو - ماست - لپو	ماکارونی - شوری - سس تک نفره - میوه	
	جایگزین شام	چای - پنیر - خوراک لوبیا	رولت گوشت - سوپ رشته - شوری - میوه	
چهارشنبه	صبحانه	چلو خورشت قرمه سبزی	چای - پنیر - عدسی	
	ناهار	استامبولی پلو - ماست - میوه	چلو جوجه کباب - دوغ	
	شام	آبگوشت - شوری - میوه	خوراک قارچ و گوشت - سوپ جو - سس تک نفره - خیار شور	
پنجشنبه	جایگزین شام	چای - حلواشکری - شیر	عدس پلو با گوشت - ماست	
	صبحانه	چلو جوجه کباب - ماست	چای - کره - مربا - نان شیرمال	
	ناهار	شله قلمکار - پنیر - خرما	چلو خورشت کرفس - ماست	
شنبه	شام	خوراک کشک بادمجان - سوپ فویت	استامبولی پلو - ماست - میوه	
	جایگزین شام	چای - کره - مربا	بز قورمه - سوپ رشته - ماست - میوه	
	صبحانه	چلو گوشت - ماست	چای - کره - مربا - نان شیرمال	
	ناهار		چلو خورشت قرمه سبزی	

ارائه برنامه فوق منوط به وجود مواد اولیه مناسب در بازار می باشد.