



! امام رضا(علیه السلام) فرمودند: ایمان چهار رکن دارد: 1- توکل بر خدا 2- رضا به قضای خدا 3- تسلیم به امر خدا 4- واگذاشتن کار به خدا . !

برنامه غذایی غذاخوری های اداره امور تغذیه

ایام هفته	وعده غذایی	88/11/15 تا 88/11/10	88/11/21 تا 88/11/17	88/11/29 تا 88/11/24
شنبه	صبحانه	کره - عسل - چای	پنیر - گردو - خرما	رحلت حضرت محمد (ص) و امام حسن مجتبی (ع) هفته 48
	ناهار	چلو تن ماهی - نارنج - خرما	چلو خورشت قیمه	
	شام	استانبولی پلو با خلال مرغ - ماست - میوه	استانبولی پلو با خلال مرغ - ماست	
یک شنبه	صبحانه	تخم مرغ آب پز - خیارشور - چای	نیمرو - خیارشور - چای	زیره پلو با گوشت - ماست - خرما حلیم - پنیر - خرما سبزی پلو با تن ماهی - خرما کره - مربا - چای
	ناهار	چلو کباب کوبیده - ماست	باقلا پلو با مرغ	
	شام	شنیسل مرغ - سوپ رشته - خیارشور - سس تک نفره	ماکارونی - سس تک نفره - شوری - میوه	
دوشنبه	صبحانه	حلوا شکری - شیر - نان شیرمال - چای	حلواشکری - شیر - نان شیرمال - چای	شهادت امام رضا (ع)
	ناهار	چلو خورشت قیمه	سبزی پلو با ماهی - سالاد فصل - خرما	
	شام	ماکارونی - شوری - سس - میوه	خوراک مرغ بندری - سوپ رشته - خیارشور	
سه شنبه	صبحانه	عدسی - پنیر - چای	عدسی - پنیر - چای	خوراک کباب کوبیده - خلال سیب زمینی - خیارشور - سوپ رشته ماش پلو - ماست
	ناهار	چلو جوجه کباب - دوغ	چلو خورشت قرمه سبزی	
	شام	الویه - آش رشته	شامی کباب - سوپ سبزیجات - خیارشور - میوه	
چهارشنبه	صبحانه	پنیر - خرما - گردو - چای	تخم مرغ آب پز - کره - چای	استامبولی با گوشت - ماست - میوه چلو خورشت نازخاتون - ماست - میوه
	ناهار	چلو خورشت کرفس - ماست غنی شده	چلو جوجه کباب - ماست - شربت بیدمشک	
	شام	خوراک کباب کوبیده - عدسی - خلال سیب زمینی - خیارشور	خوراک قارچ و گوشت - سوپ جو - خیارشور	
پنج شنبه	صبحانه	نیمرو - خیارشور - چای	یوم الله 22 بهمن گرامی باد	پنیر - گردو - چای - خرما چلو خورشت قرمه سبزی
	ناهار	زرشک پلو با مرغ		