



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

### برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره امور تغذیه

ایام هفته	وعده غذایی	88/12/06 تا 88/12/01 هفته 49	88/12/13 تا 88/12/08 هفته 50
شنبه	صبحانه	کره - عسل - چای	کره - مربا - چای
	ناهار	چلو تن ماهی - سالاد فصل - خرما	چلو خورشت قیمه
	شام	استامبولی پلو با خلال مرغ - ماست	خوراک کباب کوبیده - خلال سیب زمینی - سوپ جو - خیارشور
یکشنبه	صبحانه	کشک بادمجان - آش رشته	عدس پلو با گوشت - ماست
	ناهار	نیمرو - خیارشور - چای	تخم مرغ آب پز - خیارشور - چای
	شام	چلو خورشت قیمه	چلو جوجه کباب - دوغ نارنج
دوشنبه	صبحانه	خوراک الویه - عدسی - میوه	ماکارونی - سس تک نفره - شوری - میوه
	ناهار	پلو سبزیجات - ماست - میوه	بورانی سیب زمینی - خیارشور - میوه
	شام	حلواشکری - شیر - چای	عدسی - پنیر - چای
سهشنبه	صبحانه	زرشک پلو با مرغ - سوپ رشته	چلو خورشت قرمه سبزی
	ناهار	حلیم - پنیر - خرما	استامبولی پلو - ماست
	شام	چلو خورشت قیمه - خرما	اشترودل - سوپ رشته - سس تک نفره
چهارشنبه	صبحانه	چلو کباب کوبیده - ماست و نعنای	حلوا شکری - شیر - چای
	ناهار	ماکارونی - شوری - سس تک نفره - میوه	زرشک پلو با مرغ
	شام	خوراک قارچ و گوشت - خلال سیب زمینی - خیارشور - سوپ سبزیجات - میوه	خوراک قارچ و گوشت - خلال سیب زمینی - خیارشور - سوپ سبزیجات - میوه
پنجشنبه	صبحانه	کوفته تبریزی - شوری - میوه	آبگوشت - شوری - میوه
	ناهار	تخم مرغ آب پز - خیارشور - چای	نیمرو - خیارشور - چای
	شام	چلو خورشت کرفس	چلو کباب کوبیده - ماست - شربت
پنجشنبه	صبحانه	خوراک مرغ بندری - سوپ سبزیجات - سس تک نفره - خیارشور	سبزی پلو با ماهی قزل آلا - نارنج - خرما
	ناهار	آبگوشت - شوری	رولت گوشت - سوپ جو - خیارشور
	شام	پنیر - خرما - گردو - چای	چلو خورشت فسنجان
		چلو گوشت بادمجان - ماست	ولادت حضرت محمد (ص)

غذای روز 88/12/13 ولادت حضرت محمد (ص) فقط در غذاخوری فجر و پردیس مخصوص دانشجویان خوابگاهی توزیع گشته و جهت بردن می باشد.