



برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره امور تغذیه

ایام هفته	وعده غذایی	۸۸/۰۷/۱۸ تا ۸۸/۰۷/۲۳ هفته ۳۰	۸۸/۰۷/۲۵ تا ۸۸/۰۷/۳۰ هفته ۳۱	۸۸/۰۸/۰۸ تا ۸۸/۰۸/۰۲ هفته ۳۲
شنبه	صبحانه	کره - مربا - چای	کره - عسل - چای	نیمرو - خیارشور - چای
	ناهار	چلو کباب کوبیده - گوجه فرنگی - ماست	سبزی پلو با تن ماهی - سالاد شیرازی - خرما	چلو خورشت قیمه
یکشنبه	شام	خوراک مرغ - سوپ جو - خلال سیب زمینی - خیارشور	خوراک کباب کوبیده - گوجه فرنگی - ریحان - سوپ سبزیجات	خوراک مرغ سرخ شده - خلال سیب زمینی - خیارشور - سوپ جو
	جایگزین شام	سالاد ماکارونی - سوپ جو	زیره پلو با گوشت - ماست - ریحان	بورانی سیب زمینی - سوپ جو - خیارشور
دوشنبه	صبحانه	پنیر - گوجه فرنگی - چای	نیمرو - خیارشور - چای	کره - مربا - چای
	ناهار	سبزی پلو با ماهی - لیموترش - خرما	زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل	چلو کباب کوبیده - گوجه فرنگی - ماست
سه‌شنبه	شام	استانبولی پلو - ماست	کوکو سیب زمینی - آش رشته - میوه - خیارشور	ماکارونی - سس تک نفره - میوه
	جایگزین شام	آبگوشت - سبزی خوردن	عدس پلو با گوشت - ماست - میوه	آبگوشت - ریحان - میوه
چهارشنبه	صبحانه	نیمرو - خیارشور - چای	حلواشکری - شیر - چای	حلواشکری - شیر - چای
	ناهار	چلو خورشت قیمه بادنجان - ماست	چلو خورشت قورمه سبزی	چلو خورشت فسنجان
پنجشنبه	شام	ماکارونی - سس تک نفره - شوری - میوه	استانبولی پلو - ماست	چلو خورشت قارچ و گوشت - ماست
	جایگزین شام	شینسل گوشت - سس تک نفره - شوری - میوه	رولت گوشت - سوپ جو - خلال سیب زمینی - خیارشور	خوراک کشک و بادنجان
جمعه	صبحانه	کره - عسل - چای	پنیر - عدسی - چای	پنیر - گوجه فرنگی - چای
	ناهار	زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل	چلو جوجه کباب - دوغ	چلو خورشت کرفس - ماست
شنبه	شام	شله قلمکار - سبزی خوردن - پنیر - خرما	شامی کباب - سوپ رشته - خیارشور - میوه	استانبولی پلو با خلال مرغ - ماست - میوه
	جایگزین شام	چلو خورشت قیمه - سبزی خوردن - خرما	اشترودل - سوپ رشته - سس تک نفره - میوه	خوراک کباب کوبیده - سوپ رشته - گوجه فرنگی -
یکشنبه	صبحانه	شهادت امام جعفر صادق (ع)	کره - مربا - چای	تخم مرغ آب پز - خیارشور - چای
	ناهار		چلو خورشت آلو	سبزی پلو ماهی - لیمو - خرما
شام	الویه - خوراک لوییا		سالاد الویه - عدسی	
جایگزین شام	پلو سبزیجات - ماست		شامی کباب - عدسی - خیارشور	
دوشنبه	صبحانه	حلواشکری - شیر - چای	تخم مرغ آب پز - خیارشور - چای	کره - عسل - چای
	ناهار	چلو خورشت قورمه سبزی	چلو گوشت بادنجان - ماست	چلو جوجه کباب - دوغ
سه‌شنبه	صبحانه	ولادت امام رضا (ع) و حضرت معصومه (س) بر همگان مبارک باد.		چلو گوشت یخنی - ماست - میوه

غذای روز جمعه (۱۳۸۸/۸/۸) ولادت امام رضا (ع) فقط در غذاخوری فجر و پردیس مخصوص دانشجویان خوابگاهی توزیع گشته و جهت بردن می باشد.