

برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره امور تغذیه

ایام هفته	وعده غذایی	۸۹/۰۷/۱۵ تا ۸۹/۰۷/۱۰ هفته ۲۹	۸۹/۰۷/۲۲ تا ۸۹/۰۷/۱۷ هفته ۳۰	۸۹/۰۷/۲۹ تا ۸۹/۰۷/۲۴ هفته ۳۱
شنبه	صبحانه	کره - مربا - چای	کره - مربا - چای	کره - عسل - چای
	ناهار	چلو کباب کوبیده - گوجه‌فرنگی - ماست تک‌نفره	چلو جوجه کباب - دوغ * وگدات حضرت مصطفی (ص) *	چلو خورشت قیمه
یا رب العالمین	شام	ماکارونی - شوری - سس تک‌نفره - میوه	استانبولی‌پلو - ماست تک‌نفره - میوه	سالاد الویه - خوراک لوبیا - میوه
	جایگزین شام	خوراک کشک و بادنجان - ریحان - میوه	آبگوشت - شوری - میوه	کوفته تبریزی - خوراک لوبیا - خیارشور - میوه
یک شنبه	صبحانه	پنیر - گوجه‌فرنگی - چای	تخم مرغ آب‌پز - خیارشور - چای	حلواشکری - شیر - چای
	ناهار	چلو خورشت قورمه سبزی	چلو خورشت قیمه	زرشک پلو با مرغ - سالاد فصل
یادای الجلال و الاکرام	شام	شله قلمکار - سبزی خوردن - پنیر - خرما	خوراک شنبل مرغ - سوپ رشته - خلال سیب‌زمینی - سس تک‌نفره - خیارشور	شامی کباب - سوپ رشته - خیارشور - خلال سیب‌زمینی
	جایگزین شام	عدس پلو با گوشت - ماست تک‌نفره - خرما	زیره پلو با گوشت - ماست تک‌نفره	پلوسبزیجات - ماست تک‌نفره
دوشنبه	صبحانه	شهادت امام جعفر صادق (علیه السلام)	پنیر - گوجه‌فرنگی - چای	خوراک لوبیا - پنیر - چای
	ناهار		سبزی پلو تن ماهی - شوری - خرما	چلو خورشت قورمه سبزی
یا قاضی الحاجات	شام	تعطیل	کوکو سیب‌زمینی - آش رشته - سس تک‌نفره - خیارشور - میوه	استانبولی‌پلو خلال مرغ - ماست تک‌نفره - میوه
	جایگزین شام		چلو خورشت گل کلم - ماست تک‌نفره - میوه	آبگوشت - شوری - میوه
سه‌شنبه	صبحانه	کره - عسل - چای	حلواشکری - شیر - چای	کره - مربا - چای
	ناهار	چلو خورشت قیمه - ماست تک‌نفره	زرشک پلو با مرغ - ماست تک‌نفره	چلو جوجه کباب - دوغ - میوه * وگدات امام رضا (علیه السلام) *
یا ارحم الراحمین	شام	سالاد الویه - عدسی - میوه	ماکارونی - شوری - سس تک‌نفره	خوراک قارچ و گوشت - سوپ جو - خلال سیب‌زمینی - سس تک‌نفره - خیارشور
	جایگزین شام	آبگوشت - سبزی خوردن - میوه	پیراشکی - سوپ جو - خیارشور - سس تک‌نفره	کوکو سبزی - سوپ جو - خیارشور
چهارشنبه	صبحانه	نیمرو - خیارشور - چای	پنیر - گردو - خرما - چای	نیمرو - خیارشور - چای
	ناهار	زرشک پلو با مرغ - ماست	چلو خورشت قورمه سبزی	سبزی پلو ماهی - سالاد فصل - خرما
یا حی و یا قیوم	شام	خوراک رولت گوشت - سوپ جو - خلال سیب‌زمینی - خیارشور	خوراک مرغ بندری - سوپ سبزیجات - خیارشور	خوراک کباب کوبیده - سوپ رشته - خلال سیب‌زمینی - سبزی خوردن
	جایگزین شام	پلوسبزیجات - ماست تک‌نفره	ماش پلو با گوشت - ماست تک‌نفره	خوراک سالاد ماکارونی - سوپ رشته
پنج‌شنبه لااله الاالله الملك الحق المبین	صبحانه	حلواشکری - شیر - چای	پنیر - عدسی - چای	پنیر - گردو - خرما - چای
	ناهار	سبزی پلو ماهی - سالاد فصل - خرما	چلو کباب کوبیده - ماست تک‌نفره - کره تک‌نفره	چلو گوشت - ماست تک‌نفره