



حضرت علی (علیه السلام) فرمودند: صبر بر دو قسم است: صبر بر مصیبت که نیکو و زیباست، و بهتر از آن صبر بر چیزی است که خداوند آن را حرام گردانیده است.

برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره امور تغذیه

ایام هفته	وعده غذایی	۱۳۸۹/۱۲/۱۴ تا ۱۳۸۹/۱۲/۱۹	۱۳۸۹/۱۲/۲۱ تا ۱۳۸۹/۱۱/۲۶	۱۳۸۹/۱۲/۲۸ تا ۱۳۸۹/۱۲/۲۸
شنبه	صبحانه	پنیر - خرما - گردو - چای	مرزا - کره - چای	پنیر - خرما - گردو - چای
	ناهار	چلو خورشت قیمه	چلو کباب کوبیده - ماست تک نفره	سبزی پلو تن ماهی - نارنج - خرما
	شام	استامبولی پلو خلال مرغ - ماست تک نفره	خوراک مرغ سو خاری - سوپ رشته - خیار شور - سس تک نفره	پیراشکی - سوپ ماش - سس تک نفره - خیار شور
شنبه	صبحانه	فرنی - نان شیر مال - چای	ماش پلو با گوشت - ماست تک نفره	*****
	ناهار	چلو کباب مرغ - ماست تک نفره	خاگینه - خیار شور - چای	
	شام	خوراک قارچ و گوشت - سوپ جو - خیار شور - سس تک نفره - میوه	ماکارونی - شوری - سس تک نفره - میوه	
شنبه	صبحانه	خوراک لوبیا - پنیر - چای	آبگوشت - شوری - میوه	
	ناهار	سبزی پلو تن ماهی - سالاد فصل - خرما	حلوا شکری - شیر - چای	
	شام	خوراک مرغ بندری - سوپ سبزیجات - خیار شور	شنیسل گوشت - سوپ جو - سس تک نفره - خیار شور - خلال سیب زمینی	
سه شنبه	صبحانه	نیمرو - خیار شور - چای	چلو خورشت ناز خاتون - ماست تک نفره	
	ناهار	چلو خورشت قورمه سبزی	پنیر - خرما - گردو - چای	
	شام	الویه - عدسی - میوه	سبزی پلو ماهی - نارنج - خرما	
شنبه	صبحانه	حلوا شکری - شیر - چای	ته چین مرغ - خیار شور - میوه	
	ناهار	چلو جوجه کباب - دوغ تک نفره	عسل - کره - شیر - چای	
	شام	کوکو سبزی - آش رشته - خیار شور	چلو خورشت آلو	
پنج شنبه	صبحانه	تخم مرغ آب پز - کره - چای	خوراک کباب کوبیده - سوپ سبزیجات - خلال سیب زمینی - خیار شور	
	ناهار	چلو گوشت بادمجان - ماست تک نفره	پلو سبزیجات - ماست تک نفره	

آغاز سال

۱۳۹۰

سال نو مبارک

از تاریخ ۸۹/۱۲/۲۱ تا پایان سال غذاخوری‌های یاس و میلاد تعطیل می‌باشد.

در صورت عدم دسترسی به مواد اولیه مورد نیاز، احتمال تغییر در برنامه فوق وجود دارد.