

امام علی (ع): شام پیامبران در آغاز شب است، شام را ترک نکنید که ترک آن سبب ویرانی بدن می‌شود.

برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره امور تغذیه

ماه هفته	وعده غذایی	۱۳۹۱/۱۰/۳۰ تا ۱۳۹۱/۱۱/۰۵ هفته ۴۵	۱۳۹۱/۱۱/۰۷ تا ۱۳۹۱/۱۱/۱۱ هفته ۴۶	۱۳۹۱/۱۱/۱۸ تا ۱۳۹۱/۱۱/۱۴ هفته ۴۷
شبه	صبحانه	عدسی - چای		عسل - کره - چای
	ناهار یک	چلو خورش فسنجان		چلو خورش قیمه
	ناهار دو	چلو خورش قیمه		شوید پلو تن ماهی
	شام یک	خوراک شنبل مرغ - سوپ جو - سس یک نفره		خوراک مرغ سوخاری - سوپ رشته - سس تک نفره
یکشنبه	شام دو	ماکارونی		پلو سبزیجات
	صبحانه	شیربرنج - چای		پنیر - خرما - چای
	ناهار یک	چلو جوجه کباب		چلو کباب کوبیده
	ناهار دو	چلو خورش لوبیاسبز		چلو خورش لوبیا سبز
دوشنبه	شام یک	سالاد الویه - خوراک عدسی - سس یک نفره		سالاد ماکارونی - عدسی - سس تک نفره
	شام دو	استامبولی پلو با گوشت		ماش پلو با گوشت
	صبحانه	تخم مرغ آب پز - کره - چای		تخم مرغ آب پز - کره - چای
	ناهار یک	چلو گوشت و بادمجان		چلو خورش قورمه سبزی
سه‌شنبه	ناهار دو	زرشک پلو با مرغ		استامبولی پلو با خلال مرغ
	شام یک	خوراک شامی کباب - سوپ رشته		کوفته تبریزی - سوپ جو
	شام دو	شوید پلو با ماهی		شوید پلو با لوبیا سفید
	صبحانه	خوراک لوبیا - چای		مربا - کره - چای
چهارشنبه	ناهار یک	چلو کباب کوبیده	زرشک پلو با مرغ	
	ناهار دو	چلو خورش خلال بادام کرمانشاهی	ماکارونی	
	شام یک	خوراک قارچ و مرغ - سوپ جو	کوکو سیب زمینی - آش رشته	
	شام دو	نخود پلو با گوشت	عدس پلو با گوشت	
پنجشنبه	صبحانه	پنیر - خرما - چای	خوراک لوبیا - چای	
	ناهار یک	شوید پلو با ماهی	چلو گوشت و بادمجان	
	ناهار دو	چلو خورش قورمه سبزی	چلو خورش خلال بادام کرمانشاهی	
	شام یک	سالاد ماکارونی - سوپ رشته - سس یک نفره	خوراک قارچ و مرغ - سوپ رشته	
شام دو	چلو خورش آلو	نخود پلو با گوشت	چلو کباب مرغ	

اداره تغذیه: ۱۳۹۱/۱۰/۲۰

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