

امام علی (ع) : خرما بخورید چرا که شفاي دردها در آن است. (الخصال: ص ۶۱۵ ج ۱۰)
برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره تغذیه

مهله ایام	وعده غذایی	۱۳۹۱/۱۲/۰۵ تا ۱۳۹۱/۱۲/۰۹	۱۳۹۱/۱۲/۱۴ تا ۱۳۹۱/۱۲/۱۲
شنبه	صبحانه	پنیر - شیر - خرما - چای	عسل - کره - شیر - چای
	ناهار یک	چلو خورش قیمه	چلو خورش بادمجان
	ناهار دو	چلو جوجه کباب - دوغ	استامبولی پلو با خلال مرغ - ماست
	شام یک	کو کو سبزی - آش رشته - میوه	خوراک مرغ سوخاری - سوپ جو - سس یک نفره
	شام دو	استامبولی پلو با گوشت - ماست - میوه	زیره پلو با گوشت - ماست
یکشنبه	صبحانه	تخم مرغ آب پز - خیارشور - چای	فرنی - چای
	ناهار یک	شوید پلو با ماهی - لیمو	چلو کباب مرغ - دوغ
	ناهار دو	چلو خورش لویاسبز	چلو خورش آلو
	شام یک	خوراک شنبل مرغ - سوپ جو - سس یک نفره	کوفته تبریزی - سوپ رشته - میوه
	شام دو	عدس پلو با گوشت - ماست	ماش پلو با گوشت - ماست - میوه
دوشنبه	صبحانه	خوراک لوبیا - چای	عدسی - چای
	ناهار یک	چلو خورش فسنجان	چلو خورش قورمه سبزی
	ناهار دو	استامبولی پلو با گوشت - ماست	ماکارونی
	شام یک	سالاد الویه - سس یک نفره - عدسی	خوراک رنگین کمان - سوپ جو
	شام دو	چلو خورش نازخاتون	استامبولی پلو با گوشت - ماست
سهشنبه	صبحانه	شیر برنج - چای	خاگینه - چای
	ناهار یک	چلو کباب کوبیده - ماست	زرشک پلو با مرغ
	ناهار دو	چلو خورش قورمه سبزی	چلو خورش قیمه
	شام یک	خوراک قارچ و مرغ - سوپ رشته	کو کو سیب زمینی - آش رشته - میوه
	شام دو	شوید پلو با لوبیا سفید - ماست	عدس پلو با گوشت - ماست - میوه
چهارشنبه	صبحانه	عدسی - چای	پنیر - شیر - خرما - چای
	ناهار یک	زرشک پلو با مرغ	شوید پلو با ماهی - لیمو
	ناهار دو	ماکارونی	چلو خورش خلال بادام کرمانشاهی
	شام یک	خوراک شامی کباب - سوپ جو - میوه	خوراک جوجه کباب - سوپ رشته - خلال سیب زمینی
	شام دو	پلو سبزیجات - ماست - میوه	نخود پلو با گوشت - ماست