

برنامه غذایی غذاخوری‌های اداره تغذیه دانشگاه فردوسی مشهد

ایام هفته	وعده غذایی	۹۳/۰۲/۲۷ تا ۹۳/۰۲/۳۱	۹۳/۰۳/۰۳ تا ۹۳/۰۳/۰۷	۹۳/۰۳/۱۰ تا ۹۳/۰۳/۱۴
شنبه	صبحانه	پنیر، خیار، گوجه‌فرنگی، چای	عدسی، چای	عسل، کره یک نفره، شیر، چای
	ناهار یک	زرشک پلو با مرغ	چلو خورش قورمه‌سبزی	چلو خورش آلو
	ناهار دو	ماکارونی، سس یک نفره	استانبولی پلو با خلال مرغ، ماست	استانبولی پلو با خلال مرغ، ماست
	شام یک	سالاد الویه آماده، سوپ رشته، نان باگت	شله قلمکار، پنیر، خرما	خوراک کشک و بادمجان، خوراک لوبیا، میوه
یکشنبه	شام دو	ماش پلو با گوشت، ماست	عدس پلو با گوشت، ماست	شوید پلو با تن ماهی، لیمو، میوه
	صبحانه	خوراک لوبیا، چای	پنیر، خرما، شیر، چای	تخم‌مرغ آب‌پز، خیارشور، چای
	ناهار یک	چلو خورش بادمجان	چلو کباب کوبیده	زرشک پلو با مرغ
	ناهار دو	هویج پلو با خلال مرغ، ماست	ماکارونی، سس یک نفره	پلو سبزیجات، ماست
دوشنبه	شام یک	خوراک شنیسل مرغ آماده، سوپ جو، خلال سیب‌زمینی، سس یک نفره	کوکو سیب‌زمینی، آش رشته، سس یک نفره، میوه	شامی کباب، سوپ جو، میوه
	شام دو	لوبیا پلو با گوشت، ماست	چلو خورش نازخاتون، میوه	ماکارونی، سس یک نفره، میوه
	صبحانه	عسل، کره یک نفره، شیر، چای	نیمرو، چای	خوراک لوبیا، چای
	ناهار یک	چلو کباب مرغ	شوید پلو با ماهی، لیمو	چلو خورش بادمجان
سه‌شنبه	ناهار دو	پلو سبزیجات، ماست	چلو خورش لوبیا سبز	استانبولی پلو با گوشت، ماست
	شام یک	کوکو سبزی، آش رشته، خیارشور، میوه	کوفته تبریزی، سوپ جو	خوراک شنیسل مرغ آماده، سوپ رشته، خلال سیب‌زمینی، سس یک نفره
	شام دو	ماکارونی، سس یک نفره، میوه	هویج پلو با خلال مرغ، ماست	عدس پلو با گوشت، ماست
	صبحانه	املت، چای	مبعث رسول اکرم <small>صلی الله علیه و آله</small>	پنیر، خیار، گوجه‌فرنگی، چای
ناهار یک	چلو خورش قورمه‌سبزی	چلو کباب مرغ		
ناهار دو	چلو و فریکادله	چلو خورش کرفس		
شام یک	خوراک کشک و بادمجان، عدسی	سالاد الویه آماده، سوپ جو، نان باگت		
چهارشنبه	شام دو	رشته پلو با خلال مرغ، ماست	چلو جوجه کباب، دوغ	زیره پلو با گوشت، ماست
	صبحانه	پنیر، خرما، شیر، چای	پنیر، خیار، گوجه‌فرنگی، چای	مرحلت حضرت امام خمینی (ره)
	ناهار یک	شوید پلو با ماهی، لیمو	چلو خورش قیمه	
	ناهار دو	چلو خورش خلال بادام کرمانشاهی	چلو و فریکادله	
شام یک	شامی کباب، سوپ رشته، میوه	خوراک مرغ سوخاری، سوپ رشته، سس یک نفره		
	شام دو	استانبولی پلو با گوشت، ماست، میوه	نخود پلو با گوشت، ماست	