

نام اقلام ثابت شاه	(ردیف)
آب انار	۱
آب هویج	۲
برنج (یک پرس)	۳
دوغ محلی سبزیجات	۴
سبزی یک نفره	۵
شیر انبه	۶
شیر خرما	۷
شیر عسل	۸
شیرموز	۹
نان سنگک (یک دوّم)	۱۰
نان نیمه حجیم	۱۱
نیمرو تک	۱۲

نام اقلام ثابت صیمانه	(ردیف)
پنیر خامه‌ای ۱۰۰ گرمی	۱
پنیر خامه‌ای ۳۰ گرمی	۲
پنیر سفید ۱۰۰ گرمی	۳
تخم‌مرغ آب‌پز یک عدد	۴
چای + لیوان کاغذی + قند	۵
حلوا شکری ۳۰ گرمی	۶
حلوا شکری ۵۰ گرمی	۷
خامه صبحانه ۲۰۰ گرمی	۸
خامه عسلی ۱۰۰ گرمی	۹
خیار	۱۰
سبزی یک نفره	۱۱
شیر عسل	۱۲
شیر کاکائو گرم + لیوان کاغذی	۱۳
شیر لیوانی	۱۴
شیر یک نفره استریل	۱۵
شیرموز	۱۶
عسل یک نفره	۱۷
کره ۱۵ گرمی	۱۸
کیک	۱۹
گوجه‌فرنگی	۲۰
ماست چکیده موسیر	۲۱
مربا یک نفره	۲۲
نان سنگک (یک دوّم)	۲۳
نان نیمه حجیم	۲۴
نبات نی‌دار	۲۵
نیمرو تک	۲۶

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینش گاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فستقبار	دورچین	میوه
شنبه ۱۳۹۴/۰۹/۰۷	صبحانه		کره لیوانی زعفرانی (۱۰ گرمی)						
	شام		آبگوشت	میگو سوخاری (تک)	ماست موسیر ۱۰۰ گرمی (سون)	انجیر خشک	پیاز ، زیتون	موز	
یکشنبه ۱۳۹۴/۰۹/۰۸	صبحانه		عدسی						
	شام		املت خاویار بادمجان	خوراک بلدردچین	فلافل (تک)	پنیر خامه‌ای ۱۰۰ گرمی (امل)	پسته	زیتون پرورده	پرتقال
دوشنبه ۱۳۹۴/۰۹/۰۹	صبحانه								
	شام	سوپ جو	سیرابی	املت	ماست بورانی اسفناج (۷۵۰ گرمی)	بادام درختی	لیمو، زیتون	سیب	
سه‌شنبه ۱۳۹۴/۰۹/۱۰	صبحانه		فرنی						
	شام		خوراک زبان	شامی کباب (تک)	پنیر زیره (۱۰۰ گرمی)	مویز	شوری، سالاد فصل	انار	
چهارشنبه ۱۳۹۴/۰۹/۱۱	صبحانه	اربعین حسینی، تعطیل							
	شام								

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینش گاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	فستقبار	دورچین	میوه
شنبه ۱۳۹۴/۰۹/۱۴	صبحانه								
	شام	عدسی	خوراک قارچ و مرغ	فلافل (تک)	ماست بادمجان (۷۵۰ گرمی)	مویز	شوری، سس انار	نارنگی	
یکشنبه ۱۳۹۴/۰۹/۱۵	صبحانه		شیر برنج						
	شام	سوپ جو	سیرابی	کباب کوبیده (تک)	پنیر پینکا (۳۰ گرمی)	بادام درختی	سالادفصل، زیتون، سس مایونز یک نفره	سیب	
دوشنبه ۱۳۹۴/۰۹/۱۶	صبحانه			املت					
	شام		چیکن استراگانوف	کباب برگ	ماست سبزیجات (۷۵۰ گرمی)	انجیر خشک	زیتون پرورده، دسر نوشیدنی شکلاتی	موز	
سه‌شنبه ۱۳۹۴/۰۹/۱۷	صبحانه								
	شام	آش رشته	بورانی اسفناج	خوراک زبان	پنیر لبنه	بادام زمینی	زیتون، ماء الشعیر لیمو	پرتقال	
چهارشنبه ۱۳۹۴/۰۹/۱۸	صبحانه								
	شام		شله قلمکار	املت	ماست بورانی اسفناج (۷۵۰ گرمی)	پسته	سالاد فصل، سس مایونز یک نفره	خرمالو	