



ایام هفته	وعده غذایی	۱۳۹۵/۰۹/۰۶ تا ۱۳۹۵/۰۹/۱۰	۱۳۹۵/۰۹/۱۷ تا ۱۳۹۵/۰۹/۱۳
شنبه	صبحانه ۱	عسل، کره، چای، نان سنگک	مربا، کره، چای، نان سنگک
	صبحانه ۲	آفرینش گاه غذایی	آفرینش گاه غذایی
	ناهار ۱	زرشک پلو با مرغ، نان سبوس دار	چلو خورش قیمه، نان سبوس دار
	ناهار ۲	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، نان سبوس دار	عدس پلو با کشمش، ماست، نان سبوس دار
	شام ۱	استامبولی پلو با گوشت، ماست، سیب، نان سبوس دار	آبگوشت، شوری، نان سنگک
	شام ۲	آفرینش گاه غذایی	آفرینش گاه غذایی
یکشنبه	صبحانه ۱	لوبیا گرم، چای، نان سنگک	عدسی، پنیر، چای، نان سنگک
	صبحانه ۲	آفرینش گاه غذایی	آفرینش گاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش قورمه سبزی، نان سبوس دار	زرشک پلو با مرغ، نان سبوس دار
	ناهار ۲	عدس پلو با کشمش، ماست، نان سبوس دار	پلو سبزیجات، ماست، نان سبوس دار
	شام ۱	شله قلمکار، پنیر، خرما، نان سنگک	ماکارونی با مخلوط گوشت و سویا، سالاد فصل، سس مایونز، پرتقال، نان سبوس دار
	شام ۲	آفرینش گاه غذایی	آفرینش گاه غذایی
دوشنبه	صبحانه ۱	وخلت رسول اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم)	حلوا شکری، شیر، چای، نان سنگک
	صبحانه ۲		آفرینش گاه غذایی
	ناهار ۱		چلو خورش قورمه سبزی، نان سبوس دار
	ناهار ۲		استامبولی پلو با گوشت، ماست، نان سبوس دار
	شام ۱		سالاد الویه، آش رشته، نان سنگک
	شام ۲	آفرینش گاه غذایی	آفرینش گاه غذایی
سه شنبه	صبحانه ۱	تخم مرغ آب پز، خیارشور، چای، نان سنگک	نیمرو، چای، نان سنگک
	صبحانه ۲	آفرینش گاه غذایی	آفرینش گاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، نان سبوس دار	چلو جوجه کباب، نارنج، نان سبوس دار
	ناهار ۲	املت، خلال سیب زمینی، خیارشور، نان سنگک	چلو خورش کرفس، نان سبوس دار
	شام ۱	سالاد الویه، عدسی، پرتقال، نان سنگک	خوراک کباب کوبیده، سوپ جو، سبزی، موز، نان سنگک
	شام ۲	آفرینش گاه غذایی	آفرینش گاه غذایی
چهارشنبه	صبحانه ۱	سهادت امام رضا (علیه السلام)	پنیر، خرما، چای، نان سنگک
	صبحانه ۲		آفرینش گاه غذایی
	ناهار ۱		چلو خورش فسنجان، نان سبوس دار
	ناهار ۲		کلم پلو با گوشت، ماست، نان سبوس دار
	شام ۱		شله قلمکار، پنیر، سبزی، نان سنگک
	شام ۲	آفرینش گاه غذایی	آفرینش گاه غذایی