

### برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینش گاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	نان	فستقبار	دمنوش	دورچین	میوه
شنبه ۱۳۹۶/۰۱/۱۹	صبحانه										
	شام		برنج (تک). چیکن استراگانف	کیاب کوبیده (تک). میگو سوخاری (تک)	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	شیر پاکتی	نان سیوس دار	نخودچی کشمش	بسته دمنوش بابونه	خیارشور، سالاد فصل	موز
یکشنبه ۱۳۹۶/۰۱/۲۰	صبحانه	املت									
	شام		برنج (تک). بورانی سیبزمینی	پاچین مرغ بریانی (تک). خوراک بادمجان. دیزی	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی سویا سیبزمینی، مینی پیتزا قارچ و مرغ	ماست موسیر ۱۰۰ گرمی	نان جو	سویا آجیلی	بسته دمنوش به	زیتون، شوری	پرتقال
دوشنبه ۱۳۹۶/۰۱/۲۱	صبحانه										
	شام	عدسی	اشکنه کشک، پلو مکزیک	فلافل (تک). ماهی قزل آلا (تک). نیمرو (تک)	پیتزا سبزیجات، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	پنیر خامه‌ای ۱۰۰ گرمی	نان سیوس دار	بسته عناب	بسته بادنجنیویه	آبلیمو (تک). زیتون پرورده، نسس کچاپ یک‌نفره، سالاد فصل	سیب
<b>رکات حضرت علی</b>											
سه‌شنبه ۱۳۹۶/۰۱/۲۲	صبحانه	لوبیا گرم									
	شام		برنج (تک). شله قلمکار	کیاب برگ، میرزا قاسمی، نیمرو (تک)	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی	نان جو	قوتو مخصوص	بسته دم‌نوش آلاله	زیتون، سالاد فصل	پرتقال

### برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینش گاه غذایی

ایام هفته	وعده	پیش غذا	غذای اصلی ۱	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۳	لبنیات	نان	فستقبار	دمنوش	دورچین	میوه
شنبه ۱۳۹۶/۰۱/۲۶	صبحانه										
	شام										
یکشنبه ۱۳۹۶/۰۱/۲۷	صبحانه										
	شام										
دوشنبه ۱۳۹۶/۰۱/۲۸	صبحانه										
	شام										
سه‌شنبه ۱۳۹۶/۰۱/۲۹	صبحانه										
	شام										
چهارشنبه ۱۳۹۶/۰۱/۳۰	صبحانه										
	شام										

ردیف	نام اقلام ثابت میماند	قیمت (ریال)	ردیف	نام اقلام ثابت شاه	قیمت (ریال)
۱	پن کیک (تک)	۱۰۰۰۰	۱	آب هویج	۲۰۰۰۰
۲	پنیر خامه‌ای ۱۰۰ گرمی	۱۳۰۰۰	۲	آب هویج بستنی	۲۴۰۰۰
۳	پنیر خامه‌ای ۳۰ گرمی	۴۰۰۰	۳	پن کیک (تک)	۱۰۰۰۰
۴	پنیر سفید ۱۰۰۰ گرمی	۱۲۵۰۰	۴	دوغ محلی سبزیجات	۶۶۰۰
۵	تخم‌مرغ آب‌پز (یک عدد)	۵۰۰۰	۵	سبزی یک نفره	۵۵۰۰
۶	چای	۲۵۰۰	۶	شیر پسته	۲۴۰۰۰
۷	حلوا شکر ۵۰ گرمی	۸۰۰۰	۷	شیر خرما	۱۷۰۰۰
۸	خامه عسلی ۱۰۰ گرمی	۱۵۰۰۰	۸	شیر موز	۱۵۵۰۰
۹	خیار	۳۳۰۰	۹	شیر موز بستنی	۲۰۰۰۰
۱۰	سبزی یک نفره	۵۵۰۰	۱۰	شیر نارگیل	۱۵۰۰۰
۱۱	شکلات کنجدی ۴۰ گرمی	۱۰۰۰۰	۱۱	نان سنگک یک رو کنجد (۱/۲)	۵۰۰۰
۱۲	شیر کاکائو گرم	۹۰۰۰	۱۲	نان لواش	۲۲۰۰
۱۳	شیر لیوانی	۵۵۰۰			
۱۴	شیر موز	۱۵۵۰۰			
۱۵	شیرینی خرمایی	۲۰۰۰			
۱۶	عسل یک نفره	۲۵۰۰			
۱۷	کره ۱۵ گرمی	۴۰۰۰			
۱۸	گوجه‌فرنگی	۲۰۰۰			
۱۹	ماست موسیر ۱۰۰۰ گرمی	۷۰۰۰			
۲۰	مریا یک نفره	۲۵۰۰			
۲۱	نان سنگک ماشینی (۱/۴)	۲۵۰۰			
۲۲	نان سنگک یک رو کنجد (۱/۴)	۲۵۰۰			
۲۳	نان لواش	۲۲۰۰			
۲۴	نبات نی‌دار	۲۰۰۰			
۲۵	نسکافه یک‌نفره فوری	۵۵۰۰			
۲۶	نیمرو (تک)	۵۰۰۰			