



روز	وعده غذایی	۱۳۹۶/۱۰/۰۶ تا ۱۳۹۶/۱۰/۰۶	۱۳۹۶/۱۰/۰۹ تا ۱۳۹۶/۱۰/۰۹
شنبه	صبحانه ۱	تخم مرغ آب‌پز، کره ۱۵ گرمی، چای، نان تنوری	مربای هویج، کره، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو تن ماهی، نارنج، خرما، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	خورش خلال بادام کرمانشاهی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	خوراک قارچ و مرغ، سوپ رشته، خیارشور، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۱	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، سالاد فصل، سس یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)، سیب درختی	کوفته تبریزی، سوپ جو، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
یکشنبه	صبحانه ۱	پنیر (۵۰ گرم)، خرما، چای، نان تنوری	املت، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو جوجه کباب، دوغ یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	خوراک مرغ بندری، سوپ رشته، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)	چلو خورش نازخاتون، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	استامبولی پلو با گوشت، ماست، نان نیمه حجیم (۱/۵)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، سالاد فصل، سس یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)، موز
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
دوشنبه	صبحانه ۱	لوبیا گرم، چای، نان تنوری	پنیر (۵۰ گرم)، خرما، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	سبزی پلو ماهی، خرما، نارنج، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری، نان نیمه حجیم (۱/۵)	خوراک بادمجان، سبزی، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۱	خوراک قارچ و مرغ، سوپ جو، خیارشور، نان سنگک سنتی (۱/۲)	آبگوشت، ترشی، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
سه‌شنبه	صبحانه ۱	عسل، کره، چای، نان تنوری	شیر برنج، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۵)	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	استامبولی پلو با خلال مرغ، سالاد فصل، سس مایونز یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	استامبولی پلو با گوشت، ماست، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	آبگوشت، سبزی، نان سنگک سنتی (۱/۲)	کوکو سیب‌زمینی، آش رشته، خیارشور، نان سنگک سنتی (۱/۲)، سیب درختی
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
چهارشنبه	صبحانه ۱	نیمرو، چای، نان تنوری	حلوا شکری، شیر، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو کباب کوبیده، پیاز جعفری، ماست، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	رشته پلو با خلال مرغ، ماست، نان نیمه حجیم (۱/۵)	کلم پلو با گوشت، ماست، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	کوکو سبزی، عدسی، ماست، نان سنگک سنتی (۱/۲)، موز	خوراک مرغ سوخاری، سوپ جو، خلال سیب‌زمینی، سس انار، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی