



ایام هفته	وعده غذایی	۱۳۹۷/۱۰/۱۵ تا ۱۳۹۷/۱۰/۲۱	۱۳۹۷/۱۰/۲۸ تا ۱۳۹۷/۱۰/۲۲
شنبه	صبحانه ۱	فرننی، چای، نان بربری	عسل، کره، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قورمه سبزی، زیتون (۵ عدد)، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	عدس پلو با کشمش، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	کوفته تبریزی، سوپ جو، خیارشور، نان سنگگ سنتی (۱/۲)، میوه	خوراک قارچ و مرغ، سوپ جو، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان سنگگ سنتی (۱/۲)، میوه
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
یکشنبه	صبحانه ۱	عسل، کره، چای، نان بربری	شیر برنج، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو کباب کوبیده، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	املت سبزیجات، سوپ رشته، خلال سیب زمینی، خیارشور، نان سنگگ سنتی (۱/۲)	پلو سبزیجات، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)	استامبولی پلو با گوشت، ترشی مخلوط آب گوجه ای، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
دوشنبه	صبحانه ۱	املت، خیارشور، چای، نان بربری	خامه عسلی، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو گوشت و بادمجان، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قیمه، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	باقالی پلو با خلال مرغ، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)	خوراک بادمجان، سوپ رشته، خیارشور، نان سنگگ سنتی (۱/۲)
	شام ۱	خوراک مرغ سوخاری، سوپ رشته، خلال سیب زمینی، خیارشور، سس انار، نان سنگگ سنتی (۱/۲)	کوکو سیب زمینی، آش رشته، سس کچاپ یک نفره، خیارشور، نان سنگگ سنتی (۱/۲)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
سه شنبه	صبحانه ۱	حلوا شکری، شیر، چای، نان شیرمال	تخم مرغ آب پز (۲ عدد)، خیارشور، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو کباب کوبیده، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)	زرشک پلو با مرغ، سوپ رشته، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	چلو خورش نازخاتون، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)	املت، سوپ رشته، خلال سیب زمینی، خیارشور، نان سنگگ سنتی (۱/۲)
	شام ۱	خوراک کشک و بادمجان، آش رشته، خیارشور، نان سنگگ سنتی (۱/۲)، میوه	شاهی کباب، سوپ جو، خیارشور، نان سنگگ سنتی (۱/۲)، میوه
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
چهارشنبه	صبحانه ۱	عدسی، پنیر، چای، نان بربری	لوبیا گرم، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش فسنجان، زیتون (۵ عدد)، نان نیمه حجیم (۱/۵)	سبزی پلو با تن ماهی، نارنج، خرما، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	استامبولی پلو با گوشت، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش کرفس، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، ترشی مخلوط آب گوجه ای، نان نیمه حجیم (۱/۵)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری مخلوط، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
پنجشنبه	ناهار	سبزی پلو با تن ماهی، سوپ جو، نارنج، خرما، نان نیمه حجیم (۱/۵)	سبزی پلو با گوشت و بادمجان، سوپ رشته، نان نیمه حجیم (۱/۵)، میوه
جمعه	ناهار	چلو جوجه کباب، سوپ رشته، دوغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو کباب مرغ، سوپ جو، زیتون پرورده، نان نیمه حجیم (۱/۵)