

برنامه غذایی اقلام متغیر آفرینشگاه غذایی

دوره/پدین	نان	لبنیات	غذای اصلی ۵	غذای اصلی ۴	غذای اصلی ۳	غذای اصلی ۲	غذای اصلی ۱	پیش غذا	وعده	ایام هفته
خرما (۲ عدد)، زیتون پرورده، سالاد شیرازی	نان بربری	دوغ لیوانی، شیر پاکتی، کره ۱۵ گرمی	پیتزا سبزیجات، پیراشکی سویا سببزمینی، مینی پیتزا سبزیجات	کباب کوبیده (یک سیخ)	خورش لوبیا سبز	خوراک کشک و بادمجان	استامبولی پلو با خلال مرغ	سوپ جو	افطار سمری	شنبه ۱۳۹۸/۰۳/۱۱
بامیه (۵۰ گرمی)، زیتون (۱۰ عدد)	نان تنوری	پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، دوغ لیوانی، کره ۱۵ گرمی، ماست و خیار	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	کلم پلو با گوشت	خورش کرفس	جوجه کباب (یک سیخ)	املت	آش رشته	افطار سمری	یکشنبه ۱۳۹۸/۰۳/۱۲
خرما (۲ عدد)، زیتون پرورده، سالاد شیرازی	نان بربری	شیر پاکتی	پیتزا قارچ و مرغ، پیراشکی قارچ و مرغ، مینی پیتزا قارچ و مرغ	مرغ (تک)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)	کوکو سبزی (تک)	خورش قیمه	فرنی	افطار سمری	دوشنبه ۱۳۹۸/۰۳/۱۳
بامیه (۵۰ گرمی)، زیتون (۱۰ عدد)	نان تنوری	دوغ لیوانی، کره ۱۵ گرمی، ماست و خیار	پیتزا رست بیف، پیراشکی قارچ و گوشت، مینی پیتزا رست بیف	کباب مرغ (یک سیخ)	خورش قورمه‌سبزی	ته چین مرغ	استامبولی پلو با گوشت، اشکنه کشک	سوپ شیر و قارچ	افطار سمری	سه‌شنبه ۱۳۹۸/۰۳/۱۴

ردیف	اقلام ثابت افطاری/سمری
۱	آب طالبی
۲	آب طالبی بستنی
۳	آب کرفس لیمو
۴	آب هندوانه
۵	برنج (تک)
۷	برنج ایرانی (تک)
۷	چای کیسه‌ای
۸	چنگمال خرمایی
۹	چیز کیک
۱۰	دسر ژله‌ای
۱۱	دوغ محلی سبزیجات
۱۲	ذرت مکزیکی با پنیر و قارچ
۱۳	سبزی یک نفره
۱۴	شربت بهارنارنج
۱۵	شربت بیدمشک
۱۶	شربت زعفرانی ۳۰۰CC
۱۷	شیر خرما
۱۸	شیر موز
۱۹	شیر موز بستنی
۲۰	ظرف یک بار مصرف
۲۱	کیک شکلاتی ۶۰ گرمی
۲۲	ماقوت کاکائویی
۲۳	نان سنگک سنتی یک رو کنجد (۱/۲)
۲۴	نان شیرمال (۱۰۰ گرمی)
۲۵	نبات نی‌دار