



ایام هفته	وعده غذایی	۱۳۹۸/۰۹/۰۲ تا ۱۳۹۸/۰۹/۰۴	۱۳۹۸/۰۹/۰۳ تا ۱۳۹۸/۰۹/۰۹
شنبه	صبحانه ۱	پنیر، خرما، چای، نان بربری	مربای آلبالو، کره ۱۵ گرمی، شیر، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو تن ماهی، خرما (۲ عدد)، لیمو ترش، نان نیمه حجیم (۱/۵)	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	خوراک مرغ بندری، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)	چلو خورش سیب آلو، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری آب گوجه‌ای، نان نیمه حجیم (۱/۵)، میوه	استامبولی پلو با گوشت، ماست و خیار، نان نیمه حجیم (۱/۵)، میوه
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
یکشنبه	صبحانه ۱	شیر برنج، چای، نان بربری	فرنی، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	خوراک بادمجان، سبزی یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)	کلم پلو با گوشت، ماست و نعنای، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	کوکو سیب‌زمینی، آش رشته، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری	خوراک قارچ و مرغ، سوپ جو، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
دوشنبه	صبحانه ۱	حلوا شکری، شیر، چای، نان بربری	پنیر، خرما، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو گوشت و بادمجان، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	املت، سوپ رشته، خیارشور، نان سنگک سنتی (۱/۲)	عدس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	سالاد الویه آماده، سوپ جو، نان نیمه حجیم کامل	کوفته تبریزی، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
سه‌شنبه	صبحانه ۱	عدسی، پنیر، چای، نان بربری	تخم مرغ آب‌پز، کره ۱۵ گرمی، نان بربری، چای
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو کباب کوبیده، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	عدس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری آب گوجه‌ای، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	خوراک مرغ سوخاری، سوپ رشته، خیارشور، سس انار، نان سنگک سنتی (۱/۲)	کوکو سیب‌زمینی، آش رشته، سس کچاپ یک نفره، خیارشور، نان تنوری، میوه
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
چهارشنبه	صبحانه ۱	عسل، کره ۱۵ گرمی، چای، نان بربری	حلوا شکری، شیر، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو جوجه کباب، دوغ لیوانی، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری آب گوجه‌ای، نان نیمه حجیم (۱/۵)	خوراک بادمجان، سبزی یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۱	خوراک کشک و بادمجان، آش رشته، سبزی یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)، میوه	سالاد الویه آماده، عدسی، نان نیمه حجیم کامل
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی