



ایام هفته	وعده غذایی	۱۳۹۸/۰۹/۳۰ تا ۱۳۹۸/۱۰/۰۴	۱۳۹۸/۱۰/۰۷ تا ۱۳۹۸/۱۰/۱۱
شنبه	صبحانه ۱	پنیر، خرما، چای، نان بربری	عسل، کره ۱۵ گرمی، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش فسنجان، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو گوشت و بادمجان، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	باقالی پلو با خلال مرغ، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	خوراک مرغ سوخاری، سوپ جو، خیارشور، سس انار، لپو پخته، نان سنگک سنتی (۱/۲)، میوه	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، ترشی لیمو، نان نیمه حجیم (۱/۵)، میوه
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
یکشنبه	صبحانه ۱	املت، چای، نان بربری	شیر برنج، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو کباب کوبیده، ماست و خیار، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو جوجه کباب، دوغ لیوانی، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	کلم پلو با گوشت، ماست و خیار، نان نیمه حجیم (۱/۵)	املت، سوپ رشته، خیارشور، نان تنوری
	شام ۱	سالاد الویه آماده، عدسی، نان سنگک سنتی (۱/۲)	کوفته تبریزی، سوپ جو، سبزی یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
دوشنبه	صبحانه ۱	حلوا شکری، شیر لیوانی، چای، نان بربری	حلوا شکری، شیر لیوانی، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش قورمه سبزی، 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)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری آب گوجه ای، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	کوفته تبریزی، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان تنوری	خوراک مرغ سوخاری، سوپ رشته، خیارشور، سس انار، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
سه شنبه	صبحانه ۱	عدسی، پنیر، چای، نان بربری	تخم مرغ آب پز، کره ۱۵ گرمی، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو کباب کوبیده، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری آب گوجه ای، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش نازخاتون، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	کوکو سیب زمینی، آش رشته، خیارشور، نان سنگک سنتی (۱/۲)	کوکو سیب زمینی، آش رشته، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)، میوه
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
چهارشنبه	صبحانه ۱	مربای آلبالو، کره ۱۵ گرمی، شیر، چای، نان بربری	پنیر، خرما، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	سبزی پلو تن ماهی، خرما، لیمو ترش، نان نیمه حجیم (۱/۵)	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	املت سبزیجات، سوپ رشته، خیارشور، نان سنگک سنتی (۱/۲)	کلم پلو با گوشت، ماست و خیار، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)، میوه	سالاد الویه آماده، عدسی، نان سنگک سنتی (۱/۲)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی