



ایام هفته	وعده غذایی	۱۳۹۸/۱۲/۱۰ تا ۱۳۹۸/۱۲/۱۴	۱۳۹۸/۱۲/۱۷ تا ۱۳۹۸/۱۲/۲۱
شنبه	صبحانه ۱	مربا یک نفره، کره ۱۵ گرمی، چای، نان تنوری	تخم مرغ آب‌پز، کره ۱۵ گرمی، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو جوجه کباب، دوغ لیوانی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قیمة، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	خوراک بادمجان، سبزی یک نفره، نان سنگگ سنتی (۱/۲)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، ترش لیمو، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	استامبولی پلو با گوشت، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)، میوه	خوراک کباب مرغ، سوپ رشته، نان سنگگ سنتی (۱/۲)، میوه
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
یکشنبه	صبحانه ۱	املت، چای، نان تنوری	<p style="text-align: center;">ولادت حضرت علی (علیه السلام)</p> <p>چلو گوشت و بادمجان، سالاد فصل، نان نیمه حجیم (۱/۵)</p>
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	
	ناهار ۱	چلو خورش قورمه سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۵)	
	ناهار ۲	خوراک قارچ و مرغ، سوپ رشته، سس کچاپ یک نفره، نان سنگگ سنتی (۱/۲)	
	شام ۱	سالاد الویه آماده، عدسی، نان سنگگ سنتی (۱/۲)	
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	
دوشنبه	صبحانه ۱	پنیر، خرما، چای، نان تنوری	خامه عسلی، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	سبزی پلو تن ماهی، خرما (۲ عدد)، لیمو ترش، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو کباب کوبیده، سالاد فصل، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری آب گوجه‌ای، نان نیمه حجیم (۱/۵)	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	آبگوشت، سبزی یک نفره، نان سنگگ سنتی (۱/۲)	شله قلمکار، پنیر، سبزی یک نفره، نان سنگگ سنتی (۱/۲)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
سه‌شنبه	صبحانه ۱	حلوا شکری، شیر، چای، نان تنوری	عدسی، پنیر، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو خورش فسنجان، نان نیمه حجیم (۱/۵)	سبزی پلو با ماهی قزل آلا، خرما (۲ عدد)، لیمو ترش، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	استامبولی پلو با گوشت، ماست و خیار، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش کرفس، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	کوکو سیب‌زمینی، سوپ جو، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان سنگگ سنتی (۱/۲)، میوه	خوراک کشک و بادمجان، آش رشته، سبزی یک نفره، نان سنگگ سنتی (۱/۲)، میوه
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
چهارشنبه	صبحانه ۱	لوبیا گرم، چای، نان تنوری	حلوا شکری، شیر، چای، نان تنوری
	صبحانه ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی
	ناهار ۱	چلو کباب کوبیده، ماست و نعناع، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو جوجه کباب، دوغ لیوانی، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	چلو خورش نازخاتون، نان نیمه حجیم (۱/۵)	املت، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان سنگگ سنتی (۱/۲)
	شام ۱	خوراک شنیسل مرغ، سوپ رشته، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان سنگگ سنتی (۱/۲)	استامبولی پلو با گوشت، ماست و خیار، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۲	آفرینشگاه غذایی	آفرینشگاه غذایی

در صورت عدم دسترسی به مواد اولیه مورد نیاز، احتمال تغییر در برنامه غذایی وجود دارد