



ایام هفته	وعده غذایی	۱۳۹۹/۰۹/۲۹ تا ۱۳۹۹/۱۰/۰۳	۱۳۹۹/۱۰/۰۴ تا ۱۳۹۹/۱۰/۱۰
شنبه	صبحانه	-	-
	ناهار ۱	چلو تن ماهی، خرما (۲ عدد)، آب‌لیمو یک نفره، نان تنوری (۱/۲)	چلو کباب کوبیده، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۲)
	ناهار ۲	کنسرو لوبیا چیتی با قارچ، نان تنوری	کنسرو لوبیا چیتی با قارچ، نان تنوری
یکشنبه	صبحانه	-	-
	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، نان تنوری (۱/۲)	زرشک پلو با مرغ، نان تنوری (۱/۲)
	ناهار ۲	ماست بادمجان (۷۵۰ گرمی)، سوپ رشته، نان تنوری	کنسرو تن ماهی، سوپ رشته، آب‌لیمو یک نفره، نان تنوری
دوشنبه	صبحانه	املت صبحانه، خامه عدسی ۱۰۰ گرمی، پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، حلوا شکر (۵۰ گرمی)، عدس یک نفره، مربا یک نفره، کره ۱۵ گرمی (۳ عدد)، تخم‌مرغ خام (۴ عدد)، شیر استریل (۲۰۰CC) (۳ عدد)، چای کیسه‌ای (۵ عدد)، قند حبه بسته‌بندی (۲ عدد) (۱۰ تا)، خرما (۲ عدد) (۵ تا)، نان بربری	عدسی، خامه عدسی ۱۰۰ گرمی، پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، مربا یک نفره، کره ۱۵ گرمی (۳ عدد)، تخم‌مرغ خام (۶ عدد)، شیر استریل (۲۰۰CC) (۳ عدد)، چای کیسه‌ای (۵ عدد)، قند حبه بسته‌بندی (۲ عدد) (۱۰ تا)، خرما (۲ عدد) (۵ تا)، نان بربری
	ناهار ۱	سبزی پلو با گوشت و بادمجان، نان تنوری (۱/۲)	چلو خورش قیمه، نان تنوری (۱/۲)
	ناهار ۲	کنسرو خاویار بادمجان، سوپ رشته، نان تنوری	ماست بادمجان (۷۵۰ گرمی)، سوپ رشته، نان تنوری
سه‌شنبه	صبحانه	-	-
	ناهار ۱	چلو جوجه کباب، دوغ لیوانی، نان تنوری (۱/۲)	سبزی پلو با ماهی قزل‌آلا، آب‌لیمو یک نفره، خرما (۲ عدد)، نان تنوری (۱/۲)
	ناهار ۲	ماست سبزیجات (۷۵۰ گرمی)، سوپ رشته، نان تنوری	سالاد الویه آماده، سوپ رشته، نان تنوری
چهارشنبه	صبحانه	-	-
	ناهار ۱	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان تنوری (۱/۲)	چلو جوجه کباب، دوغ لیوانی، نان تنوری (۱/۲)
	ناهار ۲	کنسرو ماهی، سوپ رشته، آب‌لیمو یک نفره، نان تنوری	کنسرو خاویار بادمجان، سوپ رشته، نان تنوری
پنجشنبه	صبحانه	-	-
	ناهار ۱	خوراک مرغ سوخاری، سوپ جو، خلال سبب‌زمینی، خیارشور، سس انار، نان سنگک سنتی (۱/۲)، نان تنوری	شامی کباب، سوپ جو، خیارشور، سبزی یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)، نان بربری
	ناهار ۲	خوراک مرغ سوخاری، سوپ جو، خلال سبب‌زمینی، خیارشور، سس انار، نان سنگک سنتی (۱/۲)، نان تنوری	شامی کباب، سوپ جو، خیارشور، سبزی یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)، نان بربری