



ایام هفته	وعده غذایی	۱۴۰۰/۰۳/۲۹ تا ۱۴۰۰/۰۴/۰۴	۱۴۰۰/۰۴/۰۵ تا ۱۴۰۰/۰۴/۰۸
شنبه	ناهار ۱	چلو گوشت و بادمجان، سالاد فصل، سس مایونز، نان تنوری (۱/۲)	سبزی پلو با تن ماهی، خرما (۲ عدد)، آب‌لیمو یک نفره، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۱	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست و خیار، نان تنوری (۱/۲)، نان تنوری، موز	عدس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۲)، نان تنوری، موز
	شام ۲	املت، ماست و خیار، خلال سیب‌زمینی، سبزی یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)، موز	خوراک کشک و بادمجان، آش رشته، سبزی یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)، موز
یکشنبه	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۲)	چلو خورش قیمه، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۱	خوراک مرغ سوخاری، سوپ رشته، خلال سیب‌زمینی، خیارشور، سس انار، نان تنوری	خوراک شنیسل مرغ، سوپ رشته، خلال سیب‌زمینی، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری
	شام ۲	میرزا قاسمی، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان تنوری	خوراک لوبیا با قارچ، سبزی یک نفره، نان تنوری
دوشنبه	صبحانه	عدسی، خامه عسلی ۱۰۰ گرمی، پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، عسل یک نفره، مربا یک نفره، کره ۱۵ گرمی (۳ عدد)، تخم مرغ 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	املت صبحانه، چای کیسه‌ای، قند حبه بسته‌بندی (۲ عددی)، نان بربری
	ناهار ۱	چلو کباب مرغ، ماست و خیار، نان تنوری (۱/۲)	چلو جوجه کباب، دوغ لیوانی، آب‌لیمو یک نفره، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۱	کوکو سبزی، آش رشته، خیارشور، گوجه‌فرنگی، نان تنوری (۲ عدد)	سالاد ماکارونی (مرغ)، عدسی، نان تنوری
	شام ۲	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، سالاد شیرازی، نان تنوری (۱/۲)، نان تنوری	رولت گوشت، عدسی، سبزی یک نفره، نان تنوری
سه‌شنبه	صبحانه	-	مربا هویج، کره ۱۵ گرمی، شیر یک نفره استریل (۲۰۰CC)، چای کیسه‌ای، قند حبه بسته‌بندی (۲ عددی)، نان بربری
	ناهار ۱	سبزی پلو با ماهی قزل آلا، لیمو ترش (۵۰ گرمی)، خرما (۲ عدد)، نان تنوری (۱/۲)	زرشک پلو با مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۱	سالاد الویه آماده، سوپ جو، نان سنگک سنتی (۱/۲)، نان تنوری، موز	باقالی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۲)، موز
چهارشنبه	شام ۲	شامی کباب، سوپ جو، سبزی یک نفره، نان سنگک سنتی (۱/۲)، نان تنوری، موز	کنسرو بادمجان، نان تنوری، موز
	ناهار ۱	چلو خورش قورمه‌سبزی، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۲)	
	شام ۱	خوراک قارچ و مرغ، گوجه‌فرنگی، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)	
پنج‌شنبه	شام ۲	تن ماهی، گوجه‌فرنگی، خیارشور، آب‌لیمو یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)	
	ناهار	زرشک پلو با مرغ، سالاد فصل، سس مایونز، نان تنوری (۱/۲)	
جمعه	ناهار	چلو کباب کوبیده، گوجه کبابی، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۲)	

پایان سال تحصیلی

۱۴۰۰ - ۱۴۰۱