



ایام هفته	وعده غذایی	۱۴۰۰/۰۴/۱۶ تا ۱۴۰۰/۰۴/۱۷	۱۴۰۰/۰۴/۱۹ تا ۱۴۰۰/۰۴/۲۳
شنبه	صبحانه	تخم‌مرغ آب‌پز (۲ عدد)، کره ۱۵ گرمی، چای کیسه‌ای، قند حبه بسته‌بندی ۲ عددی (۲ تا)، نان بربری	-
	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، نان تنوری (۱/۲)	سبزی پلو با تن ماهی، لیمو ترش (۵۰ گرمی)، خرما (۲ عدد)، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۱	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۲)، شلیل	کوکو سیب‌زمینی، آش رشته، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)، سیب
یکشنبه	صبحانه	پنیر ۳۰ گرمی، خرما (۲ عدد)، چای کیسه‌ای، قند حبه بسته‌بندی ۲ عددی (۲ تا)، نان بربری	-
	ناهار ۱	چلو کباب کوبیده، گوجه کبابی، نان تنوری (۱/۲)	چلو خورش قیمه، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۱	سالاد الویه آماده، عدسی، نان سنگک سنتی (۱/۲)	خوراک قارچ و مرغ، سوپ جو، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری
دوشنبه	صبحانه	لوبیا گرم، خامه عدسی ۱۰۰ گرمی، پنیر خامه‌ای ۱۰۰ گرمی، عدس یک نفره، حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی (۳ عدد)، تخم‌مرغ خام (۶ عدد)، شیر استریل (۲۰۰CC) (۳ عدد)، چای کیسه‌ای (۵ عدد)، قند حبه بسته‌بندی ۲ عددی (۱۰ عدد)، نبات نی‌دار (۵ عدد)، نان بربری	املت (صبحانه)، خامه عدسی ۱۰۰ گرمی، پنیر سفید ۱۰۰ گرمی، عدس یک نفره، مربا یک نفره، حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی (۳ عدد)، تخم‌مرغ خام (۴ عدد)، شیر استریل (۲۰۰CC) (۳ عدد)، چای کیسه‌ای (۵ عدد)، قند حبه بسته‌بندی ۲ عددی (۱۰ تا)، نبات نی‌دار (۵ عدد)، نان بربری
	ناهار ۱	چلو گوشت و بادمجان، نان تنوری (۱/۲)	چلو کباب کوبیده، ماست و خیار، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۱	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، سالاد فصل، سس مایونز یک نفره، نان تنوری (۱/۲)، نان تنوری	استامبولی پلو با گوشت، سالاد شیرازی، نان تنوری (۱/۲)، نان تنوری
سه شنبه	ناهار ۱	چلو گوجه کباب، دوغ لیوانی، نان تنوری (۱/۲)	زرشک پلو با مرغ، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۱	شامی کباب، ماست و خیار، سبزی یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)، موز	خوراک کشک و بادمجان، عدسی، سبزی یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)، شلیل
	شام ۲	-	سالاد الویه آماده، عدسی، نان تنوری (۲ عدد)، شلیل
چهارشنبه	ناهار ۱	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان تنوری (۱/۲)	چلو خورش کرفس، نان تنوری (۱/۲)
	شام ۱	خوراک شنپسل مرغ، سوپ رشته، خلال سیب‌زمینی، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، سالاد فصل یک نفره، سس مایونز، نان تنوری (۱/۲)، نان تنوری
	شام ۲	-	کوکو سبزی، خیارشور، گوجه فرنگی، ماست یک نفره، نان تنوری (۲ عدد)

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