



ایام هفته	وعده غذایی	۱۴۰۱/۱۰/۰۳ تا ۱۴۰۱/۱۰/۰۷	۱۴۰۱/۱۰/۱۴ تا ۱۴۰۱/۱۰/۱۰
شنبه	صبحانه ۱	خامه کاکائویی (۱۰۰ گرمی)، چای، نان بربری	خامه عسلی (۱۰۰ گرمی)، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	پنیر (۶۰ گرمی)، خرما (۳ عدد)، چای، نبات نی دار، نان بربری	عسل یک نفره، کره (۲۵ گرمی)، چای، نان بربری
	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو خورش قورمه سبزی، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	باقالی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	باقالی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	چیکن استراگانف، سوپ جو، نان بربری	شامی کباب، آش رشته، خیارشور، نان بربری
	شام ۲	ملت سبزیجات، سوپ جو، خلال سیبزمینی، خیارشور، نان بربری	سالاد الویه آماده، آش رشته، نان بربری
یکشنبه	صبحانه ۱	شیر برنج، عسل یک نفره، چای، نان بربری	فرنی، نان شیرمال، چای
	صبحانه ۲	مربا یک نفره، کره (۲۵ گرمی)، شیر، چای، نان بربری	پنیر (۶۰ گرمی)، خرما (۳ عدد)، چای، نبات نی دار، نان بربری
	ناهار ۱	چلو کباب کوبیده، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	چلو کباب مرغ، لیمو ترش، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	کلم پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، ترشی، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	سالاد ماکارونی (مرغ)، آش رشته، نان بربری	ستامبولی پلو با گوشت، سوپ جو، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۲)
	شام ۲	خوراک لوبیا با قارچ، سبزی یک نفره، نان بربری	میرزا قاسمی، سوپ جو، سبزی یک نفره، نان بربری
دوشنبه	صبحانه ۱	غذسی، چای، نان بربری	خامه کاکائویی (۱۰۰ گرمی)، شیر، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	خامه عسلی (۱۰۰ گرمی)، چای، نان بربری	حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی، شیر، چای، نان بربری
	ناهار ۱	چلو گوشت و بادمجان، نان نیمه حجیم (۱/۵)	سبزی پلو با تن ماهی، خرما (۲ عدد)، لیمو ترش، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	غذس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)	خوراک بادمجان، سبزی یک نفره، نان بربری
	شام ۱	شله قلمکار، پنیر ۳۰ گرمی، خرما (۲ عدد)، نان بربری	خوراک قارچ و مرغ، سوپ جو، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان بربری
	شام ۲	سالاد الویه آماده، سوپ جو، نان بربری	ملت سبزیجات، سوپ جو، خلال سیبزمینی، خیارشور، نان بربری
سه شنبه	صبحانه ۱	شهادت حضرت فاطمه زهرا (علیها السلام) تعطیل	
	صبحانه ۲		
	ناهار ۱		
	ناهار ۲		
	شام ۱		
	شام ۲		
چهارشنبه	صبحانه ۱	نیمرو، خیارشور، چای، نان بربری	ملت، خیارشور، چای، نان بربری
	صبحانه ۲	حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی، شیر، چای، نان بربری	حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی، شیر، چای، نان بربری
	ناهار ۱	چلو جوجه کباب، نارنج، نان نیمه حجیم (۱/۵)	زرشک پلو با مرغ، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	ناهار ۲	چلو خورش کرفس، نان نیمه حجیم (۱/۵)	غذس پلو با کشمش، ماست یک نفره، نان نیمه حجیم (۱/۵)
	شام ۱	ستامبولی پلو با گوشت، سوپ جو، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۲)	آبگوشت، ترشی، نان بربری
	شام ۲	خوراک کشک و بادمجان، سوپ جو، سبزی یک نفره، نان بربری	ستامبولی پلو با خلال مرغ، سوپ رشته، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۲)