



امام رضا (علیه السلام)

سرکس نظر تو را در اصلاح خودش نپذیرد، به نظرش درباره خودت گوش مده و منتظر باش تا بدی او را اصلاح کند. (العدد القویه: ص ۲۹۷ ح ۲۶)

اداره تغذیه  
واحد رایگان

روز	وعده غذایی	۱۴۰۲/۰۵/۲۱ تا ۱۴۰۲/۰۵/۲۵	۱۴۰۲/۰۶/۰۱ تا ۱۴۰۲/۰۵/۲۸	۱۴۰۲/۰۶/۰۸ تا ۱۴۰۲/۰۶/۰۴
شنبه	ناهار	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۴)	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۴)	زرشک پلو با مرغ، نان بربری (۱/۴)
یکشنبه	ناهار	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان بربری (۱/۴)	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان بربری (۱/۴)	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۴)
دوشنبه	ناهار	چلو کباب کوبیده، گوجه کبابی، نان بربری (۱/۴)	چلو کباب کوبیده، گوجه کبابی، نان بربری (۱/۴)	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان بربری (۱/۴)
سه شنبه	ناهار	چلو خورش قیمه، نان بربری (۱/۴)	چلو خورش قیمه، نان بربری (۱/۴)	چلو جوجه کباب، گوجه کبابی، نان بربری (۱/۴)
چهارشنبه	ناهار	چلو گوشت بادمجان، نان بربری (۱/۴)	چلو گوشت بادمجان، نان بربری (۱/۴)	چلو خورش قیمه، نان بربری (۱/۴)

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

تاریخ تهیه این برنامه: ۱۴۰۲/۰۵/۲۸