



ایام هفته	وعده غذایی	۱۴۰۳/۰۲/۱۶ تا ۱۴۰۳/۰۲/۱۹	۱۴۰۳/۰۲/۱۶ تا ۱۴۰۳/۰۲/۱۹	۱۴۰۳/۰۲/۱۶ تا ۱۴۰۳/۰۲/۱۹
شنبه	صبحانه ۱	خامه عسلی (۱۰۰ گرمی)، چای، نان بربری (۱/۲)	خامه عسلی (۱۰۰ گرمی)، چای، نان بربری (۱/۲)	شهادت امام جعفر صادق (ع)
	صبحانه ۲	پنیر (۶۰ گرمی)، گردو، چای، نان بربری (۱/۲)	پنیر (۶۰ گرمی)، گردو، چای، نان بربری (۱/۲)	
	ناهار ۱	چلو خورش قیمه، نان تنوری (۱/۶)	چلو خورش قیمه، نان تنوری (۱/۶)	
	ناهار ۲	ماش پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	ماش پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	
	شام ۱	فالافل (۵ عدد)، سوپ رشته، گوجه‌فرنگی، خیارشور، دلستر لیمو (یک نفره)، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری	فالافل (۵ عدد)، سوپ رشته، گوجه‌فرنگی، خیارشور، دلستر لیمو (یک نفره)، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری	
	شام ۲	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۳)	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان بربری (۱/۳)	
یکشنبه	صبحانه ۱	کره بادام زمینی، عسل یک نفره، چای، نان بربری (۱/۲)	عدسی، پنیر خامه‌ای ۳۰ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	شهادت امام جعفر صادق (ع)
	صبحانه ۲	پنیر (۶۰ گرمی)، گردو، چای، نان بربری (۱/۲)	مربا یک نفره، کره ۲۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	
	ناهار ۱	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان تنوری (۱/۶)	چلو خورش کباب، دوغ لیوانی، نان تنوری (۱/۶)	
	ناهار ۲	هویج پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	هویج پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	
	شام ۱	رولت گوشت، سوپ جو، خیارشور، نان تنوری	کوکو سبزی، آش رشته، خیارشور، گوجه‌فرنگی، نان تنوری	
	شام ۲	ناگت مرغ، سوپ جو، خیارشور، خلال سیب‌زمینی، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، شوری، نان تنوری (۱/۲)	
دوشنبه	صبحانه ۱	عدسی، پنیر خامه‌ای ۳۰ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	کره کنجد، عسل یک نفره، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)	شهادت امام جعفر صادق (ع)
	صبحانه ۲	حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	پنیر (۶۰ گرمی)، خرما، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)	
	ناهار ۱	چلو خورش کباب، دوغ لیوانی، نان تنوری (۱/۶)	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان تنوری (۱/۶)	
	ناهار ۲	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	
	شام ۱	ماکارونی (مخلوط گوشت و سویا)، سالاد شیرازی، نان بربری (۱/۳)	خوراک رنگین کمان، سوپ جو، سس کچاپ یک نفره، خیارشور، نان تنوری	
	شام ۲	سالاد الویه آماده، سوپ رشته، نان بربری (۲/۳)	لوبیا پلو با گوشت، سالاد شیرازی، نان تنوری (۱/۲)	
سه شنبه	صبحانه ۱	فرنی، چای، نان شیرمال	کره کنجد، عسل یک نفره، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)	شهادت امام جعفر صادق (ع)
	صبحانه ۲	پنیر (۶۰ گرمی)، گردو، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)	پنیر (۶۰ گرمی)، خرما، شیر، چای، نان بربری (۱/۲)	
	ناهار ۱	چلو خورش کباب، دوغ لیوانی، نان تنوری (۱/۶)	چلو خورش قورمه‌سبزی، نان تنوری (۱/۶)	
	ناهار ۲	استامبولی پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	استامبولی پلو با خلال مرغ، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	
	شام ۱	خوراک مرغ سوخاری، آش رشته، خلال سیب‌زمینی، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری	خوراک کشک بادمجان، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان بربری (۲/۳)، موز	
	شام ۲	خوراک لوبیا با قارچ، سبزی یک نفره، نان تنوری	کوفته تیریزی، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان بربری (۲/۳)، موز	
چهارشنبه	صبحانه ۱	فرنی، چای، نان شیرمال	املت (صبحانه)، خیارشور، چای، نان بربری (۱/۲)	شهادت امام جعفر صادق (ع)
	صبحانه ۲	پنیر (۶۰ گرمی)، گوجه‌فرنگی، چای، نان بربری (۱/۲)	حلوا شکری (۵۰ گرمی)، کره ۱۵ گرمی، چای، نان بربری (۱/۲)	
	ناهار ۱	سبزی پلو با ماهی قزل‌آلا، لیمو ترش، خرما (۲ عدد)، نان تنوری (۱/۶)	چلو کباب کوبیده، گوجه کبابی، نان تنوری (۱/۶)	
	ناهار ۲	چلو خورش کرفس، نان تنوری (۱/۶)	کلم پلو با گوشت، ماست یک نفره، نان تنوری (۱/۶)	
	شام ۱	خوراک مرغ سوخاری، آش رشته، خلال سیب‌زمینی، خیارشور، سس کچاپ یک نفره، نان تنوری	خوراک کشک بادمجان، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان بربری (۲/۳)، موز	
	شام ۲	خوراک لوبیا با قارچ، سبزی یک نفره، نان تنوری	کوفته تیریزی، سوپ رشته، سبزی یک نفره، نان بربری (۲/۳)، موز	