

## برنامه غذایی سلف سرویس های دانشگاه علوم پزشکی اصفهان آبان ماه ۱۳۹۷

روزهای هفته	تاریخ	پک صبحانه هفتگی	ناهار	شام
سه شنبه	۹۷/۸/۱	شیر پاکتی یک لیتری	۱- سبزی پلو با ماهی (قزل آلا) و لیموترش و خرما ۲- خوراک ماکارونی و ماست و لیموترش و خرما ۳- سبزی پلو با تن ماهی و و لیموترش و خرما	۱- خوراک مرغ و قارچ و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و ریحان ۲- عدس پلو با کشمش و گوشت چرخ کرده و ماست و ریحان
چهارشنبه	۹۷/۸/۲	۱ عدد- عدس ۲۰۰ گرمی ۱ بطری- کره ۱۰۰ گرمی	۱- چلو جوجه کباب و سالاد و دوغ ۲- چلو کوکوسبزی و سالاد و ماست	۱- چلو گوشت و بادمجان و ماست و موسیر و میوه ۲- خوراک فلافل و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و میوه
پنجشنبه	۹۷/۸/۳	۱ عدد- تخم مرغ ۴ عدد- حلوا ارده ۲۰۰	۱- شوید پلو با تن ماهی و لیموترش و خرما ۲- خوراک الویه و نان باگت و خیارشور و گوجه و خرما	_____
جمعه	۹۷/۸/۴	گرمی ۱ عدد	۱- زرشک پلو با مرغ و دوغ ۲- ماش پلو با گوشت چرخ کرده و ماست و موسیر	_____
شنبه	۹۷/۸/۵	_____	۱- چلو کباب کوبیده و سوپ عدس و سالاد ۲- خوراک فلافل و نان باگت و سالاد و سس گوجه	۱- چلو خورش قیمه بادمجان و ماست و موسیر و میوه ۲- خوراک ناگت مرغ و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و میوه
یکشنبه	۹۷/۸/۶	شیر (کاکائو) پاکتی	۱- استامبولی پلو با ماست و لیمو و ریحان ۲- چلو خورش کرفس و ماست و لیمو و ریحان	۱- شوید پلو با ماهی (قزل آلا) و خرما و زیتون و دلستر ۲- خوراک کوفته تبریزی و ماست و دلستر
دوشنبه	۹۷/۸/۷	یک لیتری ۱ عدد- خرما ۳۵۰ گرم - پنیر ۲۰۰ گرم -	۱- زرشک پلو با مرغ و سالاد ۲- خوراک ماکارونی و سالاد	۱- چلو خورش سبزی و ماست و میوه ۲- خوراک کنتل و خیارشور و سس گوجه و میوه
سه شنبه	۹۷/۸/۸	تخم مرغ ۴ عدد- خامه عدس ۱۰۰ گرمی ۱ عدد	_____	_____
چهارشنبه	۹۷/۸/۹	_____	۱- چلو خورش قیمه بادمجان و ماست ۲- خوراک کوفته تبریزی و ماست	۱- چلو کباب کوبیده و سالاد و میوه ۲- خوراک مرغ سوخاری و خوراک لوبیا و سس گوجه و سالاد و میوه
پنجشنبه	۹۷/۸/۱۰	_____	۱- چلو تن ماهی و لیموترش و خرما ۲- چلو کوکوسبزی و ماست و خرما	_____
جمعه	۹۷/۸/۱۱	_____	۱- چلو جوجه کباب و گوجه و دوغ ۲- خوراک کباب شامی و خیارشور و سس گوجه و دوغ	_____
شنبه	۹۷/۸/۱۲	_____	۱- چلو کباب کوبیده و سوپ جو و ماست ۲- عدس پلو با کشمش و گوشت چرخ کرده و ماست	۱- استامبولی پلو و سالاد و ماست و موسیر و میوه ۲- خوراک مرغ و قارچ و نان باگت و سس گوجه و سالاد و میوه
یکشنبه	۹۷/۸/۱۳	_____	۱- چلو خورش قیمه بادمجان و ماست و موسیر ۲- خوراک الویه و نان باگت و گوجه و خیارشور	۱- چلو کباب میکس و ریحان و دوغ ۲- خوراک ماکارونی و ریحان و دوغ
دوشنبه	۹۷/۸/۱۴	شیر پاکتی یک لیتری ۱ عدد- تخم مرغ	۱- زرشک پلو با مرغ و سالاد ۲- زرشک پلو با مرغ و ترش و سالاد ۳- خوراک فلافل و نان باگت و سالاد و سس گوجه	۱- چلو خورش سبزی و ماست و خیار ۲- خوراک کباب شامی و خیارشور و سس گوجه و ماست و خیار
سه شنبه	۹۷/۸/۱۵	۴ عدد- مرزا ۲۰۰ گرمی ۱ بطری- حلوا ارده ۲۰۰	۱- سبزی پلو با ماهی (قزل آلا) و زیتون و خرما ۲- خوراک ناگت مرغ و نان باگت و خیارشور و سس گوجه و خرما	۱- خوراک الویه و آش رشته و نان باگت و خیارشور و میوه ۲- شوید لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده و ماست و میوه
چهارشنبه	۹۷/۸/۱۶	گرمی ۱ عدد- شکلات صبحانه ۱ عدد	_____	_____
پنجشنبه	۹۷/۸/۱۷	_____	۱- شوید پلو با تن ماهی و لیموترش و خرما و میوه ۲- شوید پلو با کوکوسبزی و ماست و خرما و میوه	_____
جمعه	۹۷/۸/۱۸	_____	۱- زرشک پلو با مرغ و ماست ۲- ماش پلو با گوشت چرخ کرده و ماست	_____
شنبه	۹۷/۸/۱۹	_____	۱- چلو خورش سبزی و ماست و لیمو ۲- خوراک ناگت مرغ و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و لیمو	۱- چلو جوجه کباب و سالاد و دوغ ۲- خوراک کشک و بادمجان و خوراک لوبیا و سالاد
یکشنبه	۹۷/۸/۲۰	_____	۱- چلو کباب کوبیده و سوپ ورمیشل و دوغ ۲- خوراک ماکارونی و سوپ ورمیشل و دوغ	۱- خوراک الویه و آش رشته و نان باگت و خیارشور و میوه ۲- چلو گوشت و آش رشته و ماست و میوه
دوشنبه	۹۷/۸/۲۱	شیر (کاکائو) پاکتی یک لیتری ۱ عدد- پنیر ۲۰۰ گرم- تخم مرغ ۴ عدد- خامه عدس ۱۰۰	۱- چلو خورش قیمه بادمجان و ماست و موسیر ۲- خوراک کباب شامی و خیارشور و سس گوجه و ماست و موسیر	۱- شوید پلو با ماهی (قزل آلا) و خرما و زیتون و دلستر ۲- شوید پلو با کوکوسبزی و ماست و خرما و زیتون و دلستر
سه شنبه	۹۷/۸/۲۲	_____	۱- چلو جوجه کباب و سالاد و دوغ ۲- خوراک کوفته تبریزی و سالاد و دوغ	۱- چلو خورش سبزی و ماست و میوه ۲- استامبولی پلو و ماست و میوه
چهارشنبه	۹۷/۸/۲۳	گرمی ۱ عدد- خرما ۳۵۰ گرم	۱- عدس پلو با کشمش و گوشت چرخ کرده و ماست و موسیر ۲- خوراک الویه و نان باگت و گوجه و خیارشور	۱- زرشک پلو با مرغ و سالاد و دوغ ۲- زرشک پلو با مرغ و ترش و سالاد و دوغ ۲- خوراک فلافل و نان باگت و سس گوجه و سالاد و دوغ
پنجشنبه	۹۷/۸/۲۴	_____	_____	_____
جمعه	۹۷/۸/۲۵	_____	۱- شوید پلو با تن ماهی و لیموترش و خرما و میوه ۲- خوراک ماکارونی و ماست و خرما و میوه	_____
شنبه	۹۷/۸/۲۶	_____	۱- چلو کباب کوبیده و ریحان و ماست ۲- خوراک مرغ سوخاری و خیارشور و خوراک لوبیا و ریحان	_____
یکشنبه	۹۷/۸/۲۷	شیر پاکتی یک لیتری ۱ عدد- عدس ۲۰۰ گرمی	_____	_____
دوشنبه	۹۷/۸/۲۸	۱ بطری- کره ۱۰۰ گرمی ۱ عدد- تخم مرغ	_____	_____
سه شنبه	۹۷/۸/۲۹	۴ عدد- حلوا ارده ۲۰۰ گرمی ۱ عدد	_____	_____
چهارشنبه	۹۷/۸/۳۰	_____	_____	_____

توجه: در صورت عدم وجود مواد اولیه مرغوب در بازار، امکان حذف، جایجایی یا تغییر در برنامه غذایی وجود دارد.

**حسین اسماعیلی**  
مدیر امور دانشجویی دانشگاه

۱- معاونت محترم دانشجویی فرهنگی برای استحضار  
۲- مدیر محترم شرکت آراین سازه سهید برای اقدام لازم  
۳- مسئول تغذیه برای اطلاع و هماهنگی