

برنامه غذایی سلف سرویس های دانشگاه علوم پزشکی اصفهان اردیبهشت ماه ۱۳۹۷

روزهای هفته	تاریخ	صبحانه	ناهار	شام
شنبه	۹۷/۲/۱	_____	۱-چلو خورش قیمه بادمجان یا کدو و ماست ۲-خوراک کنتل سنتی و خیارشور و گوجه و ماست	۱-چلو جوجه کباب استخوانی و سالاد و دوغ ۲-خوراک ماکارونی و سالاد و دوغ
یکشنبه	۹۷/۲/۲	پنیر، خیار، گوجه و نان	۱-چلو کباب کوبیده و گوجه ودوغ ۲-چلو خورش فسنجان و ماست	۱-خوراک الویه و نان باگت و خیارشور و گوجه و میوه ۲-عدس پلو با کشمش و گوشت چرخ کرده و ماست و میوه
دوشنبه	۹۷/۲/۳	کره، ارده و شیره ، شیر و نان	۱-چلو خورش سبزی و ماست و موسیر ۲- خوراک کباب شامی و گوجه و خیارشور و ماست و موسیر	۱-زرشک پلو با مرغ و سالاد ۲- خوراک کشک و بادمجان و خوراک لوبیا و سالاد
سه شنبه	۹۷/۲/۴	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-سبزی پلو با ماهی (قزل آلا) و خرما و نارنج یا لیموترش و زیتون ۲- سبزی پلو با ماهی (فیله) و خرما و نارنج یا لیموترش و زیتون ۳- خوراک ماکارونی و ماست و نارنج و زیتون	۱-استامبولی پلو و سبزی خوردن و ماست و میوه ۲-خوراک ناگت مرغ و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و گوجه و میوه
چهارشنبه	۹۷/۲/۵	پنیر، خرما، شیر و نان	۱-چلو جوجه کباب و سالاد و دوغ ۲- خوراک فلافل و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و گوجه و سالاد	۱-چلو گوشت و بادمجان و ماست و موسیر ۲-چلو کوکو سبزی و ماست و موسیر
پنجشنبه	۹۷/۲/۶	کره، عسل، شیر و نان	۱-شوید پلو با تن ماهی و نارنج یا لیموترش و خرما ۲- خوراک الویه و نان باگت و خیارشور و گوجه	_____
جمعه	۹۷/۲/۷	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-زرشک پلو با مرغ و دوغ و میوه ۲-چلو خورش آلو و ماست و موسیر و میوه	_____
شنبه	۹۷/۲/۸	_____	۱-چلو کباب کوبیده و سالاد و دوغ ۲-عدس پلو با کشمش و گوشت چرخ کرده و سالاد و دوغ	۱-چلو خورش قیمه بادمجان و ماست و موسیر و میوه ۲- خوراک ناگت مرغ و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و گوجه و میوه
یکشنبه	۹۷/۲/۹	کره، ارده، شیره، شیر و نان	۱-استامبولی پلو و ماست و موسیر و ریحان ۲- خوراک فلافل و نان باگت و گوجه و خیارشور و سس گوجه و ریحان	۱-چلو جوجه کباب و نارنج یا لیموترش و سالاد و دوغ ۲- خوراک کوفته تبریزی و سالاد و ماست
دوشنبه	۹۷/۲/۱۰	پنیر، خیار، گوجه و نان	۱-زرشک پلو با مرغ و سالاد ۲- خوراک کنتل سنتی و سس گوجه و سالاد	۱-چلو خورش سبزی و ماست و میوه ۲-چلو خورش فسنجان و ماست و میوه
سه شنبه	۹۷/۲/۱۱	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-چلو خورش قیمه بادمجان یا کدو و ماست و موسیر ۲- خوراک ماکارونی و ماست و موسیر	۱-شوید پلو با ماهی (قزل آلا) و خرما و لیموترش یا نارنج و دلستر ۲-چلو خورش لوبیا سبز و ماست و دلستر
چهارشنبه	۹۷/۲/۱۲	پنیر، خرما، شیر و نان	۱-چلو کباب کوبیده و گوجه و دوغ و شیرینی ۲-چلو خورش آلو و ماست و شیرینی	_____
پنجشنبه	۹۷/۲/۱۳	کره، مربا، شیر و نان	۱-چلو تن ماهی و و نارنج یا لیموترش و خرما و میوه ۲-چلو کوکوسبزی و ماست و خرما و میوه	_____
جمعه	۹۷/۲/۱۴	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-چلو جوجه کباب و سالاد و دوغ ۲- خوراک کباب شامی و سالاد و دوغ	_____
شنبه	۹۷/۲/۱۵	_____	۱-عدس پلو با کشمش و گوشت چرخ کرده و ماست ۲-خوراک ناگت مرغ و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و گوجه	۱-چلو کباب کوبیده و سالاد و ماست و موسیر ۲-استامبولی پلو و سالاد و ماست و موسیر
یکشنبه	۹۷/۲/۱۶	پنیر، حلوا شکر، شیر و نان	۱-سبزی پلو با ماهی (قزل آلا) و خرما و نارنج یا لیموترش و زیتون ۲-سبزی پلو با ماهی (فیله) و خرما و نارنج یا لیموترش و زیتون ۳-خوراک الویه و نان باگت و گوجه و خیارشور	۱-چلو خورش سبزی و ماست و میوه ۲- خوراک کباب شامی و نان باگت و خیارشور و گوجه و ماست و میوه
دوشنبه	۹۷/۲/۱۷	کره، عسل، شیر و نان	۱-زرشک پلو با مرغ و سالاد و دوغ ۲- زرشک پلو با مرغ ترش و سالاد و دوغ ۳-خوراک کنتل سنتی و سس گوجه و خیارشور و سالاد	۱-چلو گوشت و بادمجان و ریحان و دوغ ۲-خوراک ماکارونی و ریحان و دوغ
سه شنبه	۹۷/۲/۱۸	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-چلو خورش قیمه بادمجان یا کدو و ماست و موسیر ۲-خوراک فلافل و نان باگت و گوجه و خیارشور و سس گوجه	۱-چلو جوجه کباب و نارنج یا لیموترش و دوغ و میوه ۲- خوراک کوفته تبریزی و دوغ و میوه
چهارشنبه	۹۷/۲/۱۹	کره، ارده، شیره و نان	۱-چلو کباب کوبیده و گوجه و دوغ ۲-استامبولی پلو و ماست	۱-خوراک الویه و نان باگت و گوجه و خیارشور ۲-شوید لوبیا پلو با گوشت و ماست
پنجشنبه	۹۷/۲/۲۰	پنیر، خرما، شیر و نان	۱-شوید پلو با تن ماهی و نارنج یا لیموترش و خرما و میوه ۲-شوید پلو با کوکوسبزی و ماست و خرما و میوه	_____
جمعه	۹۷/۲/۲۱	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-زرشک پلو با مرغ و سالاد و دوغ ۲-رشته پلو با مرغ ترش و سالاد و دوغ ۳-چلو خورش آلو و سالاد و ماست	_____
شنبه	۹۷/۲/۲۲	_____	۱-استامبولی پلو و ماست و ریحان ۲-چلو خورش فسنجان و ماست و ریحان	۱-چلو جوجه کباب استخوانی و سالاد و دوغ و میوه ۲- خوراک کشک و بادمجان و خوراک لوبیا و ماست و میوه
یکشنبه	۹۷/۲/۲۳	پنیر، خیار، گوجه و نان	۱-چلو کباب کوبیده و گوجه و دوغ ۲-خوراک ماکارونی و ماست	۱-چلو گوشت و ماست و خیار ۲-چلو کوکوسبزی و ماست و خیار
دوشنبه	۹۷/۲/۲۴	کره، مربا، شیر و نان	۱-چلو خورش قیمه بادمجان و ماست و موسیر ۲- خوراک کباب شامی و گوجه و خیارشور و سس گوجه و موسیر	۱-شوید پلو با ماهی (قزل آلا) و خرما و لیموترش یا نارنج و دلستر ۲- خوراک الویه و نان باگت و گوجه و دلستر
سه شنبه	۹۷/۲/۲۵	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-چلو جوجه کباب و سالاد و دوغ ۲- خوراک کوفته تبریزی و سالاد و ماست	۱-چلو خورش سبزی و ماست و میوه ۲- خوراک ناگت مرغ و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و گوجه و میوه
چهارشنبه	۹۷/۲/۲۶	پنیر، حلوا شکر، شیر و نان	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- خوراک فلافل و نان باگت و گوجه و خیارشور و سس گوجه و دوغ

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

۱-معاونت محترم دانشجویی فرهنگی برای استحضار

۲-مدیر محترم شرکت آراین سازه سپند برای اقدام لازم

۳-مسئول تغذیه برای اطلاع و هماهنگی

حسین اسماعیلی

مدیر امور دانشجویی دانشگاه