

برنامه غذایی سلف سرویس های دانشگاه علوم پزشکی اصفهان خرداد و تیر ماه  
۱۳۹۷

روزهای هفته	تاریخ	صبحانه	ناهار	شام
شنبه	۹۷/۳/۲۶	کره، عسل و نان	۱-چلو خورش قیمه بادمجان یا کدو و ماست ۲-خوراک کنتل سنتی و خیارشور و گوجه و ماست	_____
یکشنبه	۹۷/۳/۲۷	پنیر، خیار، گوجه و نان	۱-چلو کباب کوبیده و گوجه و ماست و خیار ۲-چلو خورش فسنجان و ماست و خیار	۱-خوراک الویه و آش رشته و نان باگت و خیارشور و گوجه و میوه ۲-عدس پلو با کشمش و گوشت چرخ کرده و ماست و میوه
دوشنبه	۹۷/۳/۲۸	کره، ارده و شیر، 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 و دوغ ۲-خوراک کشک و بادمجان و خوراک لوبیا و سالاد
سه شنبه	۹۷/۳/۲۹	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-سبزی پلو با ماهی (قزل آلا) و خرما و نارنج یا لیموترش ۲-خوراک ماکارونی و ماست و خرما و نارنج یا لیموترش	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 سبزی خوردن و میوه
چهارشنبه	۹۷/۳/۳۰	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 سالاد و دوغ	۱-چلو گوشت و بادمجان و ماست و موسیر و دلستر ۲-چلو کوکو سبزی و ماست و موسیر و دلستر
پنجشنبه	۹۷/۳/۳۱	کره، عسل، شیر و نان	۱-چلو کباب کوبیده و ریحان و ماست ۲-چلو خورش آلو و ریحان و ماست	۱-شویید پلو با تن ماهی و نارنج یا لیموترش و خرما و میوه ۲-خوراک الویه و آش رشته و نان باگت و خیارشور و گوجه و میوه
جمعه	۹۷/۴/۱	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-زرشک پلو با مرغ و سالاد و دوغ ۲-خوراک کنتل سنتی و سس گوجه و خیارشور و سالاد و دوغ	۱-چلو خورش سبزی و ماست و موسیر ۲-خوراک ماکارونی و ماست و موسیر
شنبه	۹۷/۴/۲	پنیر، خرما، شیر و نان	۱-عدس پلو با کشمش و گوشت چرخ کرده و ماست و خیار ۲-خوراک الویه و نان باگت و خیارشور و 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 گوجه و میوه
یکشنبه	۹۷/۴/۳	کره، ارده، شیر، 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 دوغ
دوشنبه	۹۷/۴/۴	پنیر، خیار، گوجه و نان	۱-زرشک پلو با مرغ و سالاد و دوغ ۲-خوراک کنتل سنتی و سس گوجه و سالاد و دوغ	۱-چلو گوشت و ماست و میوه ۲-چلو خورش فسنجان و ماست و میوه
سه شنبه	۹۷/۴/۵	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-شویید پلو با ماهی (قزل آلا) و خرما و لیموترش یا نارنج و دلستر ۲-چلو خورش لوبیا سبز و ماست و دلستر
چهارشنبه	۹۷/۴/۶	پنیر، خرما، شیر و نان	۱-چلو کباب کوبیده و گوجه و دوغ ۲-چلو خورش آلو و ماست	۱-چلو خورش سبزی و ماست و موسیر و میوه ۲-خوراک ناگت مرغ و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و میوه
پنجشنبه	۹۷/۴/۷	کره، مریا، شیر و نان	۱-شویید باقلاپلو با تن ماهی و و نارنج یا لیموترش و خرما ۲-شویید باقلاپلو با کوکوسبزی و ماست و خرما	۱-خوراک الویه و آش رشته و نان باگت و گوجه و خیارشور ۲-خوراک کشک و بادمجان و آش رشته و ماست
جمعه	۹۷/۴/۸	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-چلو جوجه کباب و سالاد و دوغ ۲-خوراک فلافل و نان باگت و خیارشور و سالاد و دوغ	۱-استامبولی پلو و سبزی خوردن و ماست و میوه ۲-خوراک کباب شامی و گوجه و سبزی خوردن و میوه
شنبه	۹۷/۴/۹	کره، عسل، شیر و نان	۱-عدس پلو با کشمش و گوشت چرخ کرده و ماست و موسیر ۲-خوراک ناگت مرغ و نان باگت و سس گوجه و خیارشور و گوجه	۱-چلو کباب کوبیده و سالاد و دوغ ۲-چلو خورش آلو و سالاد و ماست
یکشنبه	۹۷/۴/۱۰	پنیر، حلوا شکر، شیر و نان	۱-سبزی پلو با ماهی (قزل آلا) و خرما و نارنج یا لیموترش ۲-خوراک الویه و نان باگت و گوجه و خیارشور	۱-چلو خورش قیمه بادمجان و ماست و موسیر و میوه ۲-خوراک کباب شامی و نان باگت و خیارشور و گوجه و ماست و موسیر و میوه
دوشنبه	۹۷/۴/۱۱	کره، ارده، شیر، شیر و نان	۱-چلو جوجه کباب و نارنج یا لیموترش و دوغ ۲-خوراک کوفته تبریزی و دوغ	۱-چلو گوشت و بادمجان و ریحان و ماست ۲-خوراک ماکارونی و ریحان و ماست
سه شنبه	۹۷/۴/۱۲	دو عدد تخم مرغ، شیر و نان	۱-چلو خورش سبزی و ماست و موسیر ۲-خوراک فلافل و نان باگت و گوجه و خیارشور و سس گوجه	۱-زرشک پلو با مرغ و سالاد و دوغ و میوه ۲-خوراک کنتل سنتی و سس گوجه و خیارشور و سالاد و میوه
چهارشنبه	۹۷/۴/۱۳	پنیر، خرما، شیر و نان	۱-چلو کباب کوبیده و گوجه و ماست و خیار ۲-استامبولی پلو و ماست و خیار	۱-خوراک الویه و آش رشته و نان باگت و گوجه و خیارشور ۲-خوراک ناگت مرغ و نان باگت و گوجه و خیارشور
پنجشنبه	۹۷/۴/۱۴	کره، مریا، شیر و نان	۱-شویید پلو با تن ماهی و نارنج یا لیموترش و خرما و میوه ۲-شویید پلو با کوکوسبزی و ماست و خرما و میوه	_____
جمعه	۹۷/۴/۱۵	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	۹۷/۴/۱۶	_____	۱-استامبولی پلو و ماست و ریحان ۲-چلو خورش فسنجان و ماست و ریحان	۱-چلو جوجه کباب و سالاد و دوغ و میوه ۲-خوراک کشک و بادمجان و خوراک لوبیا و ماست و میوه
یکشنبه	۹۷/۴/۱۷	پنیر، خیار، گوجه و نان	۱-چلو کباب کوبیده و گوجه و ماست و موسیر ۲-خوراک ماکارونی و ماست و موسیر	۱-چلو گوشت و بادمجان و ماست و خیار ۲-چلو کوکوسبزی و ماست و خیار
دوشنبه	۹۷/۴/۱۸	کره، عسل، شیر و نان	۱-شویید 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	۹۷/۴/۱۹	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	۹۷/۴/۲۰	پنیر، حلوا شکر، شیر و نان	۱-چلو خورش قیمه بادمجان و ماست و موسیر ۲-خوراک کباب شامی و گوجه و خیارشور و سس گوجه و ماست و موسیر	۱-زرشک پلو با مرغ و سالاد و دوغ ۲-خوراک فلافل و نان باگت و سالاد 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.

حسین اسماعیلی  
مدیر امور دانشجویی دانشگاه

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