

برنامه غذایی مهرماه دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

روزهای هفته	تاریخ	صبحانه	ناهار	شام
جمعه	۱۴۰۱/۷/۱	تخم مرغ و سیب زمینی و نان	۱- خوراک آبگوشت و پیاز و ترشی و نان ۲- خوراک مرغ سوخاری و سس کچاپ و خیارشور و دوغ	_____
شنبه	۱۴۰۱/۷/۲	_____	۱- استانبولی و گوشت چرخ کرده و ماست ۲- خوراک الویه و نان باگت و خیارشور و گوجه و دوغ	۱- چلو خورشت قورمه سبزی و ماست ۲- خوراک کشک و بادمجان و سبزی خوردن و نان
یکشنبه	۱۴۰۱/۷/۳	پنیر و شیر و نان	۱- شوید باقالی پلو و مرغ و دوغ و میوه	_____
دوشنبه	۱۴۰۱/۷/۴	کره و عسل و شیر و نان	۱- چلو خورش قیمه سیب زمینی و ماست ۲- خوراک کوفته تبریزی و ترشی و نان	۱- پلو عدس و گوشت چرخ کرده و کشمش و ماست و میوه ۲- خوراک ناگت مرغ و خیارشور و سس کچاپ و دوغ و میوه
سه شنبه	۱۴۰۱/۷/۵	تخم مرغ و گوجه و نان	۱- چلو کباب کوبیده و گوجه و دوغ و سالاد	_____
چهارشنبه	۱۴۰۱/۷/۶	پنیر و حلواشکری و شیر و نان	۱- چلو خورشت بادمجان و ماست و میوه ۲- خوراک پاستا و سالاد و میوه	۱- خوراک مرغ و قارچ و نان باگت و خیارشور و سس کچاپ و دوغ ۲- پک میوه و سبزیجات
پنج شنبه	۱۴۰۱/۷/۷	کره و مربا و شیر و نان	۱- شوید پلو و تن ماهی و لیمو ترش و میوه ۲- خوراک تن ماهی و خوراک لوبیا و قارچ و لیمو ترش و میوه	_____
جمعه	۱۴۰۱/۷/۸	تخم مرغ و سیب زمینی و نان	۱- چلو جوجه کباب و گوجه و دوغ	_____
شنبه	۱۴۰۱/۷/۹	_____	۱- چلو کباب میکس و گوجه و دوغ	۱- شوید لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده و سالاد ۲- خوراک رولت مرغ و سالاد
یکشنبه	۱۴۰۱/۷/۱۰	پنیر و شیر و نان	۱- چلو خورش قیمه بادمجان و ماست ۲- خوراک کوکو سبزی و نان و خیارشور و ماست	۱- استانبولی و گوشت چرخ کرده و ماست و میوه ۲- خوراک ناگت مرغ و خیارشور و سس کچاپ و دوغ و میوه
دوشنبه	۱۴۰۱/۷/۱۱	کره و عسل و شیر و نان	۱- چلو خورشت قورمه سبزی و ماست و میوه ۲- پلو هویج و گوشت چرخ کرده و ماست و میوه	۱- چلو مرغ کاری و دوغ ۲- پک میوه و سبزیجات
سه شنبه	۱۴۰۱/۷/۱۲	تخم مرغ و گوجه و نان	۱- شوید پلو با ماهی قزل آلا و خرما و ترشی ۲- خوراک کشک و بادمجان و سبزی خوردن و نان	۱- پلو عدس و گوشت چرخ کرده و کشمش و ماست و میوه ۲- خوراک الویه و نان باگت و خیارشور و گوجه و دوغ و میوه
چهارشنبه	۱۴۰۱/۷/۱۳	پنیر و حلواشکری و شیر و نان	۱- چلو جوجه کباب و گوجه و دوغ و سالاد ۲- خوراک جوجه کباب تندوری و گوجه و دوغ و سالاد	_____
پنج شنبه	۱۴۰۱/۷/۱۴	کره و مربا و شیر و نان	۱- خوراک آبگوشت و پیاز و ترشی و نان ۲- پک میوه و سبزیجات	_____
جمعه	۱۴۰۱/۷/۱۵	تخم مرغ و سیب زمینی و نان	۱- سبزی پلو و تن ماهی و لیمو ترش و میوه ۲- خوراک تن ماهی و خوراک لوبیا و قارچ و لیمو ترش و میوه	_____
شنبه	۱۴۰۱/۷/۱۶	_____	۱- استانبولی و گوشت چرخ کرده و ماست ۲- خوراک ناگت مرغ و خیارشور و سس کچاپ و دوغ	۱- چلو کباب کوبیده و گوجه و دوغ و میوه ۲- خوراک کوکو سبزی و ماست و خیار و نان و میوه
یکشنبه	۱۴۰۱/۷/۱۷	پنیر و شیر و نان	۱- چلو جوجه کباب و گوجه و دوغ ۲- کلم پلو و سبزی خوردن و ماست	۱- چلو خورشت لوبیا سبز و ماست ۲- خوراک همبرگر و نان و خیارشور و گوجه و دوغ
دوشنبه	۱۴۰۱/۷/۱۸	کره و عسل و شیر و نان	۱- چلو خورش قیمه سیب زمینی و ماست ۲- پلو ماش و گوشت چرخ کرده و خرما و ماست	۱- سبزی پلو با ماهی قزل آلا و لیمو ترش و خرما ۲- پک میوه و سبزیجات
سه شنبه	۱۴۰۱/۷/۱۹	تخم مرغ و گوجه و نان	۱- چلو کباب کوبیده و دوغ و سالاد ۲- خوراک مرغ و قارچ و نان باگت و خیارشور و سس کچاپ و سالاد و دوغ	۱- پلو عدس و گوشت چرخ کرده و کشمش و ماست و میوه ۲- خوراک کنتل و خیارشور و گوجه و دوغ و میوه
چهارشنبه	۱۴۰۱/۷/۲۰	پنیر و حلواشکری و شیر و نان	۱- چلو خورشت قورمه سبزی و ماست و میوه ۲- خوراک الویه و نان باگت و خیارشور و گوجه و دوغ و میوه	۱- زرشک پلو و مرغ و سالاد و دوغ ۲- خوراک مرغ سوخاری و سس کچاپ و خیارشور و سالاد و دوغ
پنج شنبه	۱۴۰۱/۷/۲۱	کره و مربا و شیر و نان	۱- شوید پلو و تن ماهی و لیمو ترش و خرما و میوه	_____
جمعه	۱۴۰۱/۷/۲۲	تخم مرغ و سیب زمینی و نان	۱- خوراک تاس کباب و نان و پیاز و ترشی ۲- پک میوه و سبزیجات	_____
شنبه	۱۴۰۱/۷/۲۳	_____	۱- چلو خورشت مرغ و آلوچه و ماست ۲- خوراک کوفته تبریزی و ترشی و نان	۱- استانبولی و گوشت چرخ کرده و ماست و میوه ۲- خوراک کوکو سبزی و نان و ماست و خیار و میوه
یکشنبه	۱۴۰۱/۷/۲۴	پنیر و شیر و نان	۱- چلو کباب کوبیده و گوجه و سالاد ۲- خوراک پاستا و سالاد	۱= چلو خورشت بادمجان و ماست ۲- پلو ماش و گوشت چرخ کرده و خرما و ماست
دوشنبه	۱۴۰۱/۷/۲۵	کره و عسل و شیر و نان	۱- چلو خورشت قورمه سبزی و ماست ۲- خوراک کشک و بادمجان و سبزی خوردن و نان	۱- چلو جوجه کباب و گوجه و دوغ و میوه ۲- چلو جوجه کباب ترش و گوجه و دوغ و میوه
سه شنبه	۱۴۰۱/۷/۲۶	تخم مرغ و گوجه و نان	۱- سبزی پلو با ماهی قزل آلا و لیمو ترش و خرما ۲- خوراک الویه و نان باگت و خیارشور و گوجه و دوغ	۱- چلو خورش قیمه سیب زمینی و ماست ۲- خوراک ناگت مرغ و خیارشور و سس کچاپ و دوغ
چهارشنبه	۱۴۰۱/۷/۲۷	پنیر و حلواشکری و شیر و نان	۱- پلو عدس و گوشت چرخ کرده و کشمش و ماست و میوه ۲- خوراک مرغ و قارچ و نان باگت و خیارشور و سس کچاپ و دوغ و میوه	۱- چلو کباب کوبیده و سالاد و دوغ ۲- پک میوه و سبزیجات
پنج شنبه	۱۴۰۱/۷/۲۸	کره و مربا و شیر و نان	۱- سبزی پلو و تن ماهی و لیمو ترش و میوه ۲- خوراک تن ماهی و خوراک لوبیا و قارچ و لیمو ترش و میوه	_____
جمعه	۱۴۰۱/۷/۲۹	تخم مرغ و سیب زمینی و نان	۱- باقالی پلو با مرغ و سالاد و دوغ ۲- پک میوه و سبزیجات	_____
شنبه	۱۴۰۱/۷/۳۰	_____	۱- چلو خورشت قیمه بادمجان و ماست ۲- کلم پلو و گوشت چرخ کرده و ماست	۱- خوراک ماکارونی و سالاد و دوغ ۲- خوراک همبرگر و نان و خیارشور و گوجه و دوغ