

روزهای هفته	تاریخ	صبحانه	ناهار	شام
شنبه	140/08/03 4		1-چلو کباب کوبیده + نارنج + کلم قرمز + دوغ 2-خوراک الویه + خیارشور + گوجه + نان باگت + دوغ	1- خوراک ماکارونی و گوشت چرخ کرده + سالاد شیرازی + دوغ + میوه 2- خوراک کوفته تبریزی + سبزی خوردن + دوغ + میوه
یکشنبه	140/08/04 4	پک صبحانه نوع 2	1-خوراک استانبولی و گوشت + ماست و موسیر 2-خوراک سوفله بادمجان + سس کچاپ + دوغ	1-چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ماست و موسیر
دوشنبه	140/08/05 4		1-چلو جوجه کباب + نارنج + خیارشور + دلستر	1-پلو شوید با گوشت + دوغ + میوه 2-خوراک حلیم گندم + سبزی خوردن + نان + میوه
سه شنبه	140/08/06 4		1-چلو خورشت قورمه سبزی + ماست 2- خوراک کوکو سیب زمینی + خوراک لوبیا + ماست	1-چلو کباب کوبیده + سبزی خوردن + دوغ 2-خوراک ناگت مرغ + خیارشور + گوجه + سس کچاپ + نان باگت + دوغ
چهارشنبه	140/08/07 4		1- زرشک پلو با مرغ + نارنج + دوغ	1-چلو خورشت فسنجان + ماست + میوه 2- خوراک کباب لقمه ای + خیارشور + ماست + سبزی خوردن + میوه
پنج شنبه	140/08/08 4		1- پلو شوید با تن ماهی + دلستر 2- پک میوه و سبزیجات + سیب زمینی و تخم مرغ	-----
جمعه	140/08/09 4		1-خوراک آبگوشت و پیاز + ترشی + نان + دوغ + میوه 2- خوراک ساندویچ سرد آماده + دوغ + میوه	-----
شنبه	140/08/10 4		1-چلو خورشت قیمه بادمجان + ماست و موسیر	1-خوراک استانبولی و گوشت + ماست و موسیر 2-خوراک همبرگر + نان باگت + خیارشور + کلم + سس کچاپ + دوغ
یکشنبه	140/08/11 4	پک صبحانه نوع 1	1-پلو شوید کوکو سبزی + ماست و خیار 2- خوراک مکزیکی + سالاد ماکارونی + دوغ	1-یک سیخ کباب کوبیده گوشت و یک سیخ کوبیده مرغ + نارنج + دوغ
دوشنبه	140/08/12 4		1- زرشک پلو با مرغ + سالاد فصل + سس سالاد	1-چلو خورشت قورمه سبزی + ماست + میوه 2- پک مواد غذایی خام (روغن + نودل 3 عدد) + میوه
سه شنبه	140/08/13 4		1-چلو خورشت آلو و گوشت + ماست 2-خوراک الویه + خیارشور + گوجه + نان باگت + دوغ	1- خوراک جوجه چینی + سیب زمینی تنوری + خوراک لوبیا + دلستر
چهارشنبه	140/08/14 4		1-چلو کباب کوبیده + سبزی خوردن + نارنج + دوغ 2-هویج پلو + ماست و موسیر	1-چلو خورشت لوبیا سبز + ماست + میوه 2-خوراک ناگت مرغ + خیارشور + گوجه + سس کچاپ + نان باگت + دوغ + میوه
پنج شنبه	140/08/15 4		1- پلو شوید با ماهی قزل الا + دلستر 2- خوراک پاستا و گوشت چرخ کرده + سس کچاپ + دلستر	-----
جمعه	140/08/16 4		1-چلو کباب کوبیده مرغ + سالاد کلم + دوغ + میوه	-----

توجه : در صورت عدم وجود مواد اولیه مرغوب در بازار، با اطلاع قبلی امکان حذف ، جابه جایی یا تغییر در برنامه غذایی وجود دارد.

مهندس شفیع زادگان
مدیر امور دانشجویی