



برنامه غذایی اساتید و کارکنان - از تاریخ ۴ اسفند ماه ۱۴۰۳ الی ۹ اسفندماه ۱۴۰۳



ایام هفته	ناهار نوع یک	ناهار نوع دو	ناهار نوع سه	ناهار نوع چهار
شنبه ۱۴۰۳/۱۲/۴	عدس پلو با گوشت و کشمش و انواع ماست و نان و میوه	خوراک شنیسل مرغ با گوجه ، خیار شور و سیب زمینی ، لپو و سس گوجه فرنگی و آتش جو و نان و میوه	خوراک پیتزا قارچ و گوشت و سس گوجه فرنگی و آتش جو و نان و میوه	خوراک کباب سبزیجات با گوجه ، لیموترش ، سیب زمینی و کلم بروکلی و آتش جو و نان سنگک و میوه (رژیمی)
یکشنبه ۱۴۰۳/۱۲/۵	چلو خورشت قیمه بادمجان و سالاد شیرازی و آبلیمو تکنفره و نان	خوراک کتلت با گوجه ، خیار شور ، سیب زمینی ، هویج و سالاد شیرازی و آبلیمو تکنفره و نان	خوراک ته چین مرغ و سالاد شیرازی و آبلیمو تکنفره و نان	خوراک گوجه ترش با گوجه ، سیب زمینی ، هویج ، کلم بروکلی و سوپ ورمیشل و نان (رژیمی)
دوشنبه ۱۴۰۳/۱۲/۶	چلو گوجه کباب با گوجه یا لیمو ترش و کره و سوپ قارچ و نان و دلستر	خوراک آبگوشت و نان سنگک و ترشی و دلستر	خوراک لازانیا و سس گوجه و سوپ قارچ و دلستر	خوراک بشقاب سبزیجات (هویج ، لپو، سیب زمینی ، کلم بروکلی ، مار چوبه ، قارچ) و سوپ قارچ و نان (رژیمی)
سه شنبه ۱۴۰۳/۱۲/۷	سبزی پلو با ماهی و لیموترش و سوپ جو و نان و زیتون پرورده تکنفره	خوراک ماکارونی و سس گوجه و سوپ جو و نان و زیتون پرورده تکنفره	خوراک فلافل با گوجه و خیار شور و سس گوجه و سوپ جو و نان لواش و نان باگت و زیتون پرورده تکنفره	خوراک مرغ فر پز با سیب زمینی ، هویج ، کلم بروکلی ، قارچ و سوپ جو و نان و زیتون پرورده تکنفره (رژیمی)
چهارشنبه ۱۴۰۳/۱۲/۸	چلو خورشت قورمه سبزی و سالاد کلم و نان و میوه	خوراک چیکن استراگانف و سالاد کلم و نان و میوه	خوراک پیتزا قارچ و گوشت بوقلمون و سس گوجه (دوعدد) و سالادکلم و میوه	خوراک گوجه کباب با گوجه ، لیمو ترش ، سیب زمینی ، کلم بروکلی و سالاد کلم و نان و میوه (رژیمی)

