

## برنامه غذایی شام خوابگاههای دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

### اداره تغذیه مدیریت امور دانشجویی

۹۸/۵/۵ لغایت ۹۸/۶/۱

#### هفته اول

ایام هفته	تاریخ	منو ۱	منو ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۵/۵	ماکارونی با گوشت چرخ کرده خیارشور	کتلت و آش رشته گوجه-خیارشور-سس	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۸/۵/۶	چلواکبر جوجه	آبگوشت پیاز	ماست-شیر-نان
دوشنبه	۹۸/۵/۷	چلوخورش قورمه سبزی	فیله با قارچ خیارشور-سس	سالاد-میوه-نان
سه شنبه	۹۸/۵/۸	چلوکباب نگینی گوجه-آبلیمو یکنفره-کره-سماق	کشک بادمجان فلفل دلمه ای	دوغ-شیر کاکائو-نان
چهارشنبه	۹۸/۵/۹	چلوخورش قیمه بادمجان	جوجه چینی پوره-سس	ماست موسیر-میوه-نان
پنجشنبه	۹۸/۵/۱۰	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	فلفل پیاز و جعفری-گوجه-خیارشور-سس- نان باگت	ماست-شیر-نان
جمعه	۹۸/۵/۱۱	چلوجوجه کباب گوجه-آبلیمو یکنفره-کره	سالاد الویه گوجه	دوغ-میوه-نان

#### هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	منو ۱	منو ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۵/۱۲	شوید باقلا با گوشت	کوکو سیب زمینی گوجه-خیارشور-سس	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۸/۵/۱۳	عدس پلو با گوشت چرخ کرده -خرما	راتاتوی- سس	سالاد-شیر-نان
دوشنبه	۹۸/۵/۱۴	چلوجوجه کباب گوجه-آبلیمو یکنفره-کره	میرزا قاسمی فلفل دلمه ای	ماست-میوه-نان
سه شنبه	۹۸/۵/۱۵	چلوخورش قورمه سبزی	شنیسل مرغ و سوپ جو سس-گوجه-خیارشور	ماست موسیر-شیر-نان
چهارشنبه	۹۸/۵/۱۶	چلو کباب کوبیده نگینی گوجه-آبلیمو یکنفره-کره-سماق	کوکو سبزی سس-گوجه-خیارشور	دوغ-میوه-نان
پنجشنبه	۹۸/۵/۱۷	زرشک پلو با مرغ	کنسرو لوبیا چیتی	ماست-شیر کاکائو-نان
جمعه	۹۸/۵/۱۸	چلوتن ماهی آبلیمو یکنفره-زیتون	ناگت مرغ گوجه-خیارشور	میوه-نان

### هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	منو ۱	منو ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۵/۱۹	چلوخورش قیمه سیب زمینی	فیله با قارچ سس-خیارشور	ماست موسیر-میوه-نان
یکشنبه	۹۸/۵/۲۰	چلواکبر جوجه	موساکا سس	ماست-شیر-نان
دوشنبه	۹۸/۵/۲۱	عید سعید قربان		
سه شنبه	۹۸/۵/۲۲	عدس پلو با گوشت چرخ کرده خرما	کتلت و آش رشته سس-گوجه-خیارشور	ماست-شیرکائو-نان
چهارشنبه	۹۸/۵/۲۳	چلوکباب کوبیده نگینی گوجه-آبلیمو یکنفره-کره-سماق	آبگوشت پیاز	دوغ-میوه-نان
پنجشنبه	۹۸/۵/۲۴	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	فلافل پیاز و جعفری-گوجه-خیارشور-سس- نان باگت	سالاد-شیر-نان
جمعه	۹۸/۵/۲۵	چلو تن ماهی آبلیمو یکنفره-زیتون	سالاد الویه گوجه-خیارشور	میوه-نان

### هفته چهارم

ایام هفته	تاریخ	منو ۱	منو ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۵/۲۶	چلوجوجه کباب گوجه-آبلیمو یکنفره-کره	کوکوسبزی سس-گوجه-خیارشور	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۸/۵/۲۷	چلوخورش قورمه سبزی	راتاتوی سس	ماست موسیر-شیر-نان
دوشنبه	۹۸/۵/۲۸	شوید باقالا با گوشت	شنیسل مرغ و سوپ جو سس-گوجه-خیارشور	سالاد-میوه-نان
سه شنبه	۹۸/۵/۲۹	عید سعید غدیر خم		
چهارشنبه	۹۸/۵/۳۰	چلوخورش قیمه بادمجان	جوجه چینی پوره-سس	ماست-میوه-نان
پنجشنبه	۹۸/۵/۳۱	زرشک پلو با مرغ	کنسرو لوبیا چیتی	ماست-شیرکائو-نان
جمعه	۹۸/۶/۱	چلو کباب کوبیده نگینی گوجه-آبلیمو یکنفره-کره-سماق	ناگت مرغ سس-گوجه-خیارشور	دوغ-میوه-نان

اداره تغذیه

\*این برنامه کاملاً ثابت نبوده و بنا به شرایط امکان تغییر در آن وجود دارد\*