

برنامه غذایی افطاری، شام و سحری اداره تغذیه در ماه مبارک رمضان سال ۱۳۹۸

روز	تاریخ	افطاری و شام	کنار غذایی	سحری	کنار غذایی
یکشنبه	۹۸/۲/۱۵	-----	-----	منوی ۱: چلو خورشت قیمه منوی ۲: زرشک پلو با مرغ	ماسه-میوه
دو شنبه	۹۸/۲/۱۶	منوی ۱: آبگوشت-پیاز-نان سنگگ منوی ۲: فیله مرغ با قارچ-خیار شور سس قرمز-نان	ماسه-آش رشته - شیر	منوی ۱: چلو کباب تابه ای-لیمو ترش منوی ۲: چلو جوجه کباب-گوجه- کره-لیمو ترش	سالاد-میوه
سه شنبه	۹۸/۲/۱۷	منوی ۱: کتلت مرغ-خیار شور-سیب زمینی-گوجه- سس کچاپ منوی ۲: کشک بادمجان-فلفل دلمه-نان سنگگ	سبزی خوردن- سوپ جو-بامیه	منوی ۱: لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده- ماسه موسیر منوی ۲: سبزی پلو با ماهی-زیتون- لیمو ترش-ترشی	میوه
چهارشنبه	۹۸/۲/۱۸	منوی ۱: سالاد الویه -سس قرمز-سفید-گوجه خیار شور-نان باگت منوی ۲: جوجه چینی-سس کچاپ-خیار شور-سیب زمینی-نان	دوغ- سوپ ورمشیل- شیر طعم دار	منوی ۱: زرشک پلو با مرغ منوی ۲: چلو خورشت قورمه سبزی	ماسه-میوه
پنج شنبه	۹۸/۲/۱۹	منوی ۱: شنیسل مرغ سس گچاپ-خیار شور سیب زمینی منوی ۲: کوکو سبزی-خیار شور-گوجه-سس مایونز	نان-ماسه-آش شله قلمکار	منوی ۱: چلو خورشت فسنجان منوی ۲: چلو کباب کوبیده نگینی- کره-گوجه-لیمو ترش-سماق	سالاد-میوه
جمعه	۹۸/۲/۲۰	منوی ۱: گوشت با قارچ-سس کچاپ-خیار شور-نان: منوی ۲: میرزا قاسمی-فلفل دلمه-نان سنگگ	ماسه-شله زرد- شیر	منوی ۱: عدس پلو با گوشت چرخ کرده منوی ۲: شوید باقلا پلو با مرغ	ماسه-میوه
شنبه	۹۸/۲/۲۱	منوی ۱: لازانیا با گوشت چرخ کرده سس-سیب زمینی منوی ۲: کوکوسیب زمینی-گوجه-خیار شور - سس کچاپ-نان باگت	سبزی خوردن- عدسی- بامیه	منوی ۱: چلو جوجه کباب-کره گوجه لیمو ترش منوی ۲: لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	ماسه موسیر میوه
یکشنبه	۹۸/۲/۲۲	منوی ۱: کوفته تبریزی-فلفل دلمه-نان سنگگ منوی ۲: جوجه چینی-سس کچاپ-خیار شور	ماسه-نان-حلیم- شیر کاکائو	منوی ۱: سبزی پلو با ماهی-زیتون- لیمو ترش-ترشی منوی ۲: ماکارونی با گوشت چرخ کرده-ماسه	میوه
دو شنبه	۹۸/۲/۲۳	منوی ۱: راتاتوی-سس کچاپ-خیار شور-سیب زمینی- منوی ۲: فیله مرغ با قارچ-سس کچاپ-خیار شور-نان	سالاد-آش جو- بامیه	منوی ۱: چلو جوجه کباب-کره گوجه لیمو ترش منوی ۲: چلو خورشت قیمه بادمجان	ماسه-میوه
سه شنبه	۹۸/۲/۲۴	منوی ۱: خوراک مرغ سوخاری-سس کچاپ-نان باگت- سیب زمینی-خیار شور-گوجه فرنگی منوی ۲: کوکو سبزی-خیار شور-گوجه-سس مایونز-نان	ماسه-آش شله قلمکار- شیر	منوی ۱: چلو کباب کوبیده نگینی-کره -گوجه-لیمو ترش-سماق منو ۲: عدس پلو با گوشت چرخ کرده	ماسه-میوه
چهارشنبه	۹۸/۲/۲۵	منوی ۱: کشک بادمجان-فلفل دلمه-نان سنگگ منوی ۲: جوجه چینی-سس کچاپ-خیار شور-سیب زمینی-نان	سبزی خوردن- سوپ- بامیه	منوی ۱: زرشک پلو با مرغ منوی ۲: چلو خورشت قورمه سبزی	ماسه-میوه
پنج شنبه	۹۸/۲/۲۶	منوی ۱: شنیسل مرغ سس گچاپ-خیار شور سیب زمینی منوی ۲: آبگوشت- پیاز-نان سنگگ	ماسه-نان-آش رشته- شیر طعم دار	منوی ۱: چلو خورشت قیمه منوی ۲: باقلا پلو با گوشت	سبزی خوردن-میوه
جمعه	۹۸/۲/۲۷	منوی ۱: کوکو سیب زمینی-خیار شور- گوجه-سس قرمز منوی ۲: ته چین مرغ	ماسه موسیر-حلیم	منوی ۱: سبزی پلو با ماهی-زیتون- لیمو ترش-ترشی منوی ۲: عدس پلو با گوشت چرخ کرده-ماسه	میوه

برنامه غذایی افطاری، شام و سحری اداره تغذیه در ماه مبارک رمضان سال ۱۳۹۸

شنبه	۹۸/۲/۲۸	منوی ۱: سالاد الویه - سس قرمز-سفید-گوجه خیار شور-نان باگت منوی ۲: آبگوشت - پیاز-نان سنگک	سبزی خوردن - آش رشته - شیر	منوی ۱: چلو اکبر جوجه منوی ۲: ماکارونی باگوشت چرخ کرده	ماست-میوه
یکشنبه	۹۸/۲/۲۹	منوی ۱: فلافل-سس قرمز-سفید-گوجه خیار شور-نان باگت منوی ۲: جوجه چینی-سس کچاپ- خیار شور-سیب زمینی-نان	دوغ-سوپ ورمشل- بامیه	منوی ۱: شوید باقالی پلو با گوشت منوی ۲: چلو خورش قورمه سبزی	ماست-میوه
دوشنبه	۹۸/۲/۳۰	منوی ۱: لازانیا-با گوشت - سس قرمز-سیب زمینی سرخ شده منوی ۲: خوراک مرغ سوخاری-سس کچاپ-خیار شور-نان	ترشی-آش رشته- شیر کاکائو	منوی ۱: چلو تن ماهی منوی ۲: چلو خورشت قیمه	سالاد-میوه
سه شنبه	۹۸/۲/۳۱	منوی ۱: موساکای یونانی-سس قرمز منوی ۲: کوکو سیب زمینی-خیار شور-گوجه-سس مایونز	نان-سبزی خوردن- سوپ جو-بامیه	منوی ۱: چلو جوجه کباب-کره گوجه لیمو ترش منوی ۲: عدس پلو با گوشت چرخ کرده	ماست-میوه
چهارشنبه	۹۸/۳/۱	منوی ۱: کوفته تبریزی-فلفل دلمه-نان سنگک منوی ۲: جوجه چینی-سس کچاپ- خیار شور-سیب زمینی-نان	ماست موسیر - حلیم- شیر	منوی ۱: زرشک پلو با مرغ منوی ۲: چلو خورشت قورمه سبزی	ماست-میوه
پنج شنبه	۹۸/۳/۲	منوی ۱: شنیسل مرغ- سس گچاپ-خیار شور سیب زمینی منوی ۲: کوکو سبزی-خیار شور-گوجه-سس مایونز	ماست-نان- شله زرد	منوی ۱: چلو کباب کوبیده نگینی-کره -گوجه-لیمو ترش-سماق منوی ۲: چلو خورشت قیمه بادمجان	سبزی خوردن-میوه
جمعه	۹۸/۳/۳	منوی ۱: کوفته تبریزی-فلفل دلمه-نان سنگک منوی ۲: فیله مرغ با قارچ-سس کچاپ-خیار شور-نان	ماست-نان-آش رشته- شیر طعم دار	منوی ۱: چلو جوجه کباب-گوجه-کره-لیمو ترش منوی ۲: ماکارونی با گوشت چرخ کرده	ماست موسیر-میوه
شنبه	۹۸/۳/۴	منوی ۱: کتلت مرغ-خیار شور -سیب زمینی-گوجه-سس کچاپ-نان باگت منوی ۲: سالاد الویه -سس قرمز-سفید-گوجه خیار شور-نان باگت	سبزی خوردن-آش جو-بامیه	منوی ۱: چلو اکبر جوجه منوی ۲: چلو خورش قورمه سبزی	ماست-میوه
یکشنبه	۹۸/۳/۵	منوی ۱: آبگوشت - پیاز-نان سنگک منوی ۲: جوجه چینی-سس کچاپ- خیار شور-سیب زمینی-نان	ماست - شیر	منوی ۱: سبزی پلو با ماهی-زیتون- لیمو ترش-ترشی منوی ۲: لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده- ماست موسیر	میوه
دوشنبه	۹۸/۳/۶	منوی ۱: کشک بادمجان-فلفل دلمه-نان سنگک منوی ۲: فیله مرغ با قارچ-سس کچاپ-خیار شور-نان	ماست- سوپ جو- بامیه	منوی ۱: چلو کباب کوبیده نگینی-کره -گوجه-لیمو ترش-سماق منوی ۲: چلو خورشت قیمه سیب زمینی	سالاد-میوه
سه شنبه	۹۸/۳/۷	منوی ۱: ته چین مرغ منوی ۲: خوراک گوشت و قارچ-نان	دوغ-آش رشته- شیر کاکائو	منوی ۱: چلو جوجه کباب-گوجه-کره-لیمو ترش منوی ۲: عدس پلو با گوشت چرخ کرده	ماست-میوه

برنامه غذایی افطاری، شام و سحری اداره تغذیه در ماه مبارک رمضان سال ۱۳۹۸

چهارشنبه	۹۸/۳/۸	منوی ۱: کوفته تبریزی- فلفل دلمه- نان سنگگ منوی ۲: مرغ سوخاری- سس کچاپ- خیار شور- سیب زمینی- نان	سبزی خوردن - خوراک لوبیا چیتی	منوی ۱: زرشک پلو با مرغ منوی ۲: چلو خورشت فسنجان	ماست-میوه
پنج شنبه	۹۸/۳/۹	منوی ۱: شنپسل مرغ سس گچاپ- خیار شور سیب زمینی منوی ۲: کوکو سبزی- خیار شور- گوجه- سس مایونز	ماست- نان- آش جو- شیر- بامیه	منوی ۱: چلو کباب کوبیده نگینی- کره- گوجه- لیمو ترش- سماق منوی ۲: ماکارونی با گوشت چرخ کرده	سالاد-میوه
جمعه	۹۸/۳/۱۰	منوی ۱: سالاد الویه - سس قرمز- سفید- گوجه خیار شور- نان باگت منوی ۲: فیله مرغ با قارچ- سس کچاپ- خیار شور- نان	دوغ- شله زرد	منوی ۱: شوید باقلا پلو با مرغ منوی ۲: چلو خورشت قورمه سبزی	ماست-میوه
شنبه	۹۸/۳/۱۱	منوی ۱: ته چین مرغ منوی ۲: کشک بادمجان- فلفل دلمه- نان سنگک	ماست- آش رشته- بامیه	منوی ۱: چلو جوجه کباب- گوجه- کره- لیمو ترش منوی ۲: عدس پلو با گوشت چرخ کرده	ماست موسیر-میوه
یکشنبه	۹۸/۳/۱۲	منوی ۱: کوکو سیب زمینی- خیار شور- گوجه- سس مایونز منوی ۲: جوجه چینی- سس کچاپ- خیار شور- سیب زمینی- نان	سبزی خوردن- سوپ جو- شیر کاکائو	منوی ۱: سبزی پلو با ماهی- زیتون- لیمو ترش- ترشی منوی ۲: چلو خورشت قیمه سیب زمینی- ماست	میوه
دوشنبه	۹۸/۳/۱۳	منوی ۱: فلافل- سس قرمز- سفید- گوجه خیار شور- نان باگت منوی ۲: راتاتوی- سس کچاپ- خیار شور- سیب زمینی	نان- ماست- آش رشته- بامیه	منوی ۱: چلو کباب تابه ای منوی ۲: چلو تن ماهی- زیتون- لیمو ترش	ماست-میوه
سه شنبه	۹۸/۳/۱۴	منوی ۱: کنسرو لوبیا چیتی منوی ۲: جوجه چینی- سس کچاپ- خیار شور- سیب زمینی- نان	ماست- آش جو- شیر	-----	----