

برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

اداره تغذیه مدیریت امور دانشجویی

۹۷/۱۰/۱ لغایت ۳/۱۱/۹۷

هفته اول

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۱۰/۱	چلو خورشت قیمه سیب زمینی	شنیسل مرغ - سوپ جو = سیب زمینی - گوجه - سس کچاپ و خیار شور	میوه - ماست - نان
یکشنبه	۹۷/۱۰/۲	چلو اکبر جوجه	موساکای یونانی و آش جو سس کچاپ - سیب زمینی	سالاد - نان
دوشنبه	۹۷/۱۰/۳	عدس پلو با گوشت چرخ کرده و خرما	فیله مرغ با قارچ سس کچاپ و خیار شور	ماست - نان
سه شنبه	۹۷/۱۰/۴	چلو کباب نگینی - گوجه - لیمو ترش - کره - سماق	فلافل - سوپ - سس قرمز - خیار شور - نان باگت - پیاز و جعفری	دوغ - نان
چهارشنبه	۹۷/۱۰/۵	چلو خورشت فسنجان با مرغ	کوکو سبزی - اش رشته گوجه - سس قرمز و خیار شور	ماست موسیر - نان

هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۱۰/۸	چلو جوجه کباب لیمو ترش - گوجه - کره	میرزا قاسمی فلفل دلمه	دوغ - نان
یکشنبه	۹۷/۱۰/۹	ماکارونی با گوشت چرخ کرده خیار شور، سس قرمز	کتلت سیب زمینی - سس قرمز - گوجه - خیار شور	ماست - میوه - نان
دوشنبه	۹۷/۱۰/۱۰	سبزی پلو با ماهی = زیتون - لیمو ترش	کوفته تبریزی - فلفل دلمه	ترشی - نان
سه شنبه	۹۷/۱۰/۱۱	چلو خورشت قیمه سیب زمینی	راتاتوی - سوپ قارچ - گوجه - سس	سالاد - نان
چهارشنبه	۹۷/۱۰/۱۲	باقلا پلو با گوشت	جوجه چینی = سیب زمینی - سس تاتار	ماست موسیر - نان

هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۱۰/۱۵	چلو خورشت قورمه سبزی	خوراک فیله مرغ با قارچ - سس کچاپ	ماست موسیر - نان
یکشنبه	۹۷/۱۰/۱۶	چلو کباب کوبیده - گوجه - لیمو ترش - کره - سماق	کوکو سبزی - اش رشته گوجه - سس قرمز	دوغ - نان
دوشنبه	۹۷/۱۰/۱۷	اکبر جوجه	کشک بادمجان - فلفل دلمه	میوه - ماست - نان
سه شنبه	۹۷/۱۰/۱۸	چلو جوجه کباب لیمو ترش - گوجه - کره	خوراک کباب تابه ای خیار شور - چیپس	دوغ - نان
چهارشنبه	۹۷/۱۰/۱۹	چلو خورشت قیمه بادمجان	کوکو سیب زمینی و آش جو سس کچاپ - گوجه	سالاد - نان

هفته چهارم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۱۰/۲۲	چلو کباب نگینی گوجه-لیموترش-کره-سماق	کشک بادمجان لفل دلمه	دوغ-نان
یکشنبه	۹۷/۱۰/۲۳	چلو خورشت قورمه سبزی	شنسیل مرغ-سوپ ورمیشل چیپس-سس	سالاد-سس-نان
دوشنبه	۹۷/۱۰/۲۴	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	فلافل گوجه-خیارشور-سس کچاپ-نان باگت پیازوجعفری	ترشی-نان
سه شنبه	۹۷/۱۰/۲۵	چلو خورشت قیمه سیب زمینی	مرغ سوخاری و سوپ قارچ سس کچاپ سیب زمینی-گوجه- خیارشور-نان باگت	میوه-ماست موسیر- نان
چهارشنبه	۹۷/۱۰/۲۶	چلو گوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	کتلت مرغ-آش رشته گوجه-سس-خیارشور	دوغ-نان

هفته پنجم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۱۰/۲۹	باقلاپلو با مرغ	میرزا قاسمی لفل دلمه	ماست-نان
یکشنبه	۹۷/۱۰/۳۰	ماکارونی با گوشت چرخ کرده سس کچاپ-خیارشور	موساکای یونانی و سوپ قارچ سس کچاپ سیب زمینی	ماست-میوه-نان
دوشنبه	۹۷/۱۱/۱	چلو گوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	کوکو سیب زمینی و آش جو سس کچاپ-گوجه-خیارشور	دوغ-نان
سه شنبه	۹۷/۱۱/۲	چلو خورشت قورمه سبزی	شنسیل مرغ-سوپ جو چیپس-سس-خیارشور	ماست موسیر-نان
چهارشنبه	۹۷/۱۱/۳	عدس پلو با گوشت چرخ کرده و خرما	کتلت آش رشته گوجه-سس-خیارشور	ماست-نان

اداره تغذیه

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