

برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

اداره تغذیه مدیریت امور دانشجویی

۹۷/۹/۳ لغایت ۲۸/۹/۹۷

هفته اول

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۹/۳	چلو خورشت قیمه سیب زمینی	جوجه چینی سیب زمینی-سس تاتار-سس قرمز- خیارشور	ماست-نان
یکشنبه	۹۷/۹/۴	تعطیل رسمی		
دوشنبه	۹۷/۹/۵	چلو اکبر جوجه	موساکای یونانی و آش جو سس کچاپ-سیب زمینی	ماست-نان
سه شنبه	۹۷/۹/۶	چلو خورشت کرفس	فیله مرغ با قارچ سس کچاپ-خیارشور	میوه-ماست-نان
چهارشنبه	۹۷/۹/۷	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	راتاتوی + سوپ جو سس کچاپ-سیب زمینی	سالاد-نان

هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۹/۱۰	چلو کباب کوبیده نگینی گوجه-لیموترش-کره-سماق-	کشک بادمجان لفل دلمه	دوغ-نان
یکشنبه	۹۷/۹/۱۱	ماکارونی با گوشت چرخ کرده خیارشور، سس قرمز	جوجه چینی سیب زمینی-سس تاتار-سس قرمز- خیارشور	ماست-میوه-نان
دوشنبه	۹۷/۹/۱۲	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیمو ترش	کوفته تبریزی لفل دلمه	ترشی-نان
سه شنبه	۹۷/۹/۱۳	چلو خورشت فسنجان	کوکو سیب زمینی و آش جو سس کچاپ-گوجه-خیارشور	سالاد-نان
چهارشنبه	۹۷/۹/۱۴	عدس پلو با گوشت چرخ کرده و خرما	شنیسل مرغ-سوپ جو سیب زمینی-گوجه-سس کچاپ- خیارشور	ماست موسیر-نان

هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۹/۱۷	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	کوکو سیب زمینی و آش جو سس قرمز-گوجه-خیارشور	ماست موسیر-نان
یکشنبه	۹۷/۹/۱۸	چلو خورشت قورمه سبزی	فیله مرغ با قارچ سس کچاپ-خیارشور	میوه-دوغ-نان
دوشنبه	۹۷/۹/۱۹	چلو کباب کوبیده گوجه-لیموترش-کره-سماق	کشک بادمجان لفل دلمه	ماست-نان
سه شنبه	۹۷/۹/۲۰	چلو اکبر جوجه	سالاد الویه-گوجه-خیارشور	دوغ-نان
چهارشنبه	۹۷/۹/۲۱	چلو خورشت قیمه سیب زمینی	کوکو سبزی-آش رشته گوجه-سس سفید-خیارشور	سالاد-نان

هفته چهارم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۹/۲۴	چلو کباب نگینی گوجه-لیموترش-کره-سماق	کشک بادمجان لفل دلمه	دوغ-نان
یکشنبه	۹۷/۹/۲۵	چلو خورشت قورمه سبزی	شنسیل مرغ-سوپ ورمیشل چیپس-سس قرمز-خیارشور	ماست-میوه-نان
دوشنبه	۹۷/۹/۲۶	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	فلافل گوجه-خیارشور-سس کچاپ-سس سفید-نان باگت	ترشی-نان
سه شنبه	۹۷/۹/۲۷	عدس پلو با گوشت چرخ کرده و خرما	چیکن استراگانف-سیب زمینی	سالاد-نان
چهارشنبه	۹۷/۹/۲۸	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	کتلت مرغ-آش رشته گوجه-سس قرمز-خیارشو-سیب زمینی	دوغ-نان

اداره تغذیه

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