

## برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

### اداره تغذیه مدیریت امور دانشجویی

۹۷/۰۱/۱۴ لغایت ۹۷/۰۱/۳۱

#### هفته اول

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
سه شنبه	۹۷/۰۱/۱۴	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	فلافل - آش جو خیارشور - سس کچاپ	دوغ - نان
چهارشنبه	۹۷/۰۱/۱۵	چلوخورش قورمه سبزی	خوراک کباب تابه ای گوجه - پیپس	ماست موسیر - نان

#### هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۰۱/۱۸	شوید باقلا با گوشت	کوفته تبریزی فلغل دلمه	ماست - نان
یکشنبه	۹۷/۰۱/۱۹	چلو کباب نگینی گوجه - لیموترش - کره - سماق	جوجه چینی سیب زمینی - سس تاتار	ماست - میوه - نان
دوشنبه	۹۷/۰۱/۲۰	چلوخورش فسنجان	کتلت و سوپ جو سیب زمینی - خیارشور - گوجه - سس کچاپ	سالاد - نان
سه شنبه	۹۷/۰۱/۲۱	سبزی پلو با ماهی زیتون - لیموترش	فیله با قارچ و آش رشته سیب زمینی - سس کچاپ	دلستر - نان
چهارشنبه	۹۷/۰۱/۲۲	زرشک پلو با مرغ	سالاد الویه خیارشور - گوجه	ماست موسیر - نان

#### هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۷/۰۱/۲۵	چلو کباب نگینی گوجه - لیموترش - کره - سماق	کتلت و سوپ جو سیب زمینی - گوجه - خیارشور - سس قرمز	دوغ - نان
یکشنبه	۹۷/۰۱/۲۶	عدس پلو با گوشت چرخ کرده خرما	شنیسل مرغ و سوپ قارچ سیب زمینی - خیارشور - گوجه - سس	ماست موسیر - نان
دوشنبه	۹۷/۰۱/۲۷	چلوخورش قیمه بادمجان	خوراک کباب تابه ای گوجه - پیپس - خیارشور	سالاد - میوه - نان
سه شنبه	۹۷/۰۱/۲۸	چلو جوجه کباب - گوجه - لیمو ترش - کره	کوکو سبزی و اش جو سیب زمینی - خیارشور - گوجه - سس	دوغ - نان
چهارشنبه	۹۷/۰۱/۲۹	چلوخورش قورمه سبزی	فیله با قارچ و آش رشته سیب زمینی - سس کچاپ	سبزی خوردن - نان

اداره تغذیه

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