

ف برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

اداره تغذیه مدیریت امور دانشجویی

۹۸/۶/۲۳ لغایت ۹۸/۸/۱

هفته اول

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۶/۲۳	چلو جوجه کباب گوجه-لیموترش-کره	کوکو سبزی خیارشور-گوجه-سس	ماست-نان
یکشنبه	۹۸/۶/۲۴	چلو خورش قورمه سبزی	کتلت خیارشور-گوجه-سیب زمینی-سس	ماست-نان
دوشنبه	۹۸/۶/۲۵	زرشک پلو با مرغ	میرزا قاسمی فلفل دلمه	ماست-نان
سه شنبه	۹۸/۶/۲۶	ماکارونی با گوشت چرخ کرده	راتاتوی و سوپ سس	ماست-نان
چهارشنبه	۹۸/۶/۲۷	چلو کباب کوبیده نگینی گوجه-لیموترش-کره-سماق	کوکو سیب زمینی خیارشور-گوجه-سس	دوغ-نان

هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۶/۳۰	چلو خورش قیمه سیب زمینی	جوجه چینی پوره-سس	ماست-نان
یکشنبه	۹۸/۶/۳۱	چلو اکبر جوجه	کوکو سبزی خیارشور-گوجه-سس	ماست-نان
دوشنبه	۹۸/۷/۱	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	شنیسل مرغ خیارشور-گوجه-سس	ماست-نان
سه شنبه	۹۸/۷/۲	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیمو ترش	کتلت مرغ خیارشور-گوجه-سس	ترشی-نان
چهارشنبه	۹۸/۷/۳	چلو خورش قورمه سبزی	موساکا و آش جو سس	ماست-نان

هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۷/۶	چلو جوجه کباب گوجه-لیموترش-کره	کشک بادمجان فلفل دلمه	ماست-نان
یکشنبه	۹۸/۷/۷	چلو خورش قیمه بادمجان	فیله با قارچ خیارشور-سس	ماست-نان
دوشنبه	۹۸/۷/۸	زرشک پلو با مرغ	کوکو سبزی گوجه-خیارشور-سس	ماست-نان
سه شنبه	۹۸/۷/۹	چلو خورش فسنجان	جوجه چینی پوره-سس	ماست-نان
چهارشنبه	۹۸/۷/۱۰	چلو کباب نگینی گوجه-لیمو ترش-کره-سماق	کتلت گوجه-خیارشور-سیب زمینی-سس	دوغ-نان

هفته چهارم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۷/۱۳	چلوخورش قورمه سبزی	فیله با قارچ خیارشور-سس	ماست-نان
یکشنبه	۹۸/۷/۱۴	چلو اکبر جوجه	میرزا قاسمی فلفل دلمه	ماست-نان
دوشنبه	۹۸/۷/۱۵	عدس پلو با گوشت چرخ کرده خرما	کتلت گوجه-خیارشور-سیب زمینی-سس	ماست-میوه-نان
سه شنبه	۹۸/۷/۱۶	سبزی پلو با ماهی لیمو ترش-زیتون-ترشی	کوکوسبزی گوجه-خیارشور-سس-ماست	نان
چهارشنبه	۹۸/۷/۱۷	چلو خورش قیمه سیب زمینی	راتاتوی و سوپ سس	ماست-نان

هفته پنجم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۷/۲۰	چلو جوجه کباب گوجه-لیمو ترش-کره	کوکوسیب زمینی گوجه-خیارشور-سس	ماست-نان
یکشنبه	۹۸/۷/۲۱	چلوخورش قورمه سبزی	شنیسل مرغ گوجه-خیارشور-سس	ماست-نان
دوشنبه	۹۸/۷/۲۲	زرشک پلو با مرغ	فلافل-گوجه-خیارشور-نان باگت-سس قرمز و سفید	ماست-نان
سه شنبه	۹۸/۷/۲۳	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	فیله با قارچ خیارشور-سس	ماست-میوه-نان
چهارشنبه	۹۸/۷/۲۴	چلوکباب کوبیده نگینی گوجه-لیمو ترش-کره-سماق	کشک بادمجان فلفل دلمه	دوغ-نان

هفته ششم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۸/۷/۲۷	اربعین حسینی		
یکشنبه	۹۸/۷/۲۸	چلو اکبر جوجه	کتلت سیب زمینی-خیارشور-گوجه-سس	ماست-نان
دوشنبه	۹۸/۷/۲۹	عدس پلو با گوشت چرخ کرده خرما	فیله با قارچ خیارشور-سس	ماست-میوه-نان
سه شنبه	۹۸/۷/۳۰	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیمو ترش	کوکو سیب زمینی خیارشور-گوجه-سس	ترشی-نان
چهارشنبه	۹۸/۸/۱	چلو خورش قیمه بادمجان	راتاتوی و سوپ سس	ماست-نان

اداره تغذیه

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