

## برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

### اداره تغذیه مدیریت امور دانشجویی

۹۵/۸/۰۱ لغایت ۹۵/۸/۲۶

#### هفته اول

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۵/۰۸/۰۱	چلوخورش قیمه سیب زمینی	جوجه چینی سس تاتار-خیارشور-پوره	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۵/۰۸/۰۲	چلو کباب کوبیده لیموترش-گوجه-کره-سماق	کوفته تبریزی فلفل دلمه	دوغ-نان
دوشنبه	۹۵/۰۸/۰۳	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	خوراک کتلت گوشت و سوپ جو سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس کچاپ	ماست موسیر-نان
سه شنبه	۹۵/۰۸/۰۴	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	میرزا قاسمی و خوراک لوبیا فلفل دلمه	دلستر-نان
چهارشنبه	۹۵/۰۸/۰۵	چلوخورش قورمه سبزی	چیکن استرگانف چیپس-خیارشور	ماست-نان

#### هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۵/۰۸/۰۸	ماکارونی با گوشت چرخ کرده سس قرمز-خیارشور	خوراک فیله با قارچ خیارشور-سس کچاپ	ماست موسیر-نان
یکشنبه	۹۵/۰۸/۰۹	زرشک پلو با مرغ	کوفته تبریزی فلفل دلمه	ماست - نان
دوشنبه	۹۵/۰۸/۱۰	عدس پلو با گوشت چرخ و کشمش خرما	شنیسل مرغ خیارشور-چیپس-سس قرمز	ماست -میوه-نان
سه شنبه	۹۵/۰۸/۱۱	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	لازانيا سبزیجات و سوپ جو سیب زمینی خوراکی-سس کچاپ	دوغ-نان
چهارشنبه	۹۵/۰۸/۱۲	چلو خورش قیمه سیب زمینی	خوراک کتلت سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس کچاپ	سالاد-نان

#### هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۵/۰۸/۱۵	چلو خورش فسنجان	خوراک کباب تابه ای پوره-خیارشور	ماست-نان
یکشنبه	۹۵/۰۸/۱۶	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	خوراک فیله با قارچ خیارشور-سس کچاپ	ماست موسیر-نان
دوشنبه	۹۵/۰۸/۱۷	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	خوراک کتلت مرغ و سوپ جو سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس کچاپ	دلستر-نان
سه شنبه	۹۵/۰۸/۱۸	چلوخورش قیمه سیب زمینی	جوجه چینی سس تاتار-خیارشور-پوره	سالاد-نان
چهارشنبه	۹۵/۰۸/۱۹	چلوکباب کوبیده لیموترش-گوجه-کره-سماق	کشک بادمجان و اش رشته فلفل دلمه	دوغ-نان

## هفته چهارم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۵/۰۸/۲۲	چلو خورش قورمه سبزی	موساکای یونانی و سوپ شیر سیب زمینی خوراکی-خیارشور	ماست موسیر-نان
یکشنبه	۹۵/۰۸/۲۳	شوید باقلاپلو با گوشت	چیکن استرگانف چیپس	ماست-نان
دوشنبه	۹۵/۰۸/۲۴	زرشک پلو با مرغ	کشک بادمجان قلقل دلمه	سالاد-نان
سه شنبه	۹۵/۰۸/۲۵	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	خوراک فیله با قارچ خیارشور-سس کچاپ	ماست-میوه-نان
چهارشنبه	۹۵/۰۸/۲۶	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	کوکو سبزی سس قرمز-گوجه	ماست-نان

**\* به منظور رفاه حال دانشجویان از آبان ماه سال جاری، روزانه سوپ یا آش به صورت بوفه آزاد و رایگان در سلف سرویس های پزشکی و رستوران سبز توزیع می گردد(به صورت آزمایشی)**

اداره تغذیه

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