

برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

مدیریت امور دانشجویی - اداره تغذیه

۹۴/۱۱/۰۳ لغایت ۹۴/۱۱/۳۰

هفته اول

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۴/۱۱/۳	چلوخورش قیمه سیب زمینی	جوجه چینی و آش رشته سس تاتار-خیارشور-پوره	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۴/۱۱/۴	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	سالاد الویه مرغ خیارشور-گوجه فرنگی	ترشی - نان
دوشنبه	۹۴/۱۱/۵	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	لازانیا و سوپ سبزیجات سیب زمینی خوراکی-سس کچاپ	ماست موسیر-نان
سه شنبه	۹۴/۱۱/۶	شوید باقلاپلو با گوشت	شنیسل مرغ و سوپ شیر چیپس-خیارشور-سس کچاپ	سالاد - نان
چهارشنبه	۹۴/۱۱/۷	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	کوکوی سیب زمینی و آش جو سس کچاپ-چیپس-خیارشور	دوغ-نان

هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۴/۱۱/۱۰	چلوخورش قورمه سبزی	چیکن استرگانف چیپس	ماست-نان
یکشنبه	۹۴/۱۱/۱۱	زرشک پلو با مرغ	کوفته تبریزی	سالاد-نان
دوشنبه	۹۴/۱۱/۱۲	ماکارونی با گوشت چرخ کرده خیارشور-سس کچاپ	شنیسل مرغ و آش جو سیب زمینی-خیارشور-سس کچاپ	ماست موسیر-میوه-نان
سه شنبه	۹۴/۱۱/۱۳	چلو کباب کوبیده کره-گوجه-لیموترش-سماق	راتاتوی و سوپ شیر سس کچاپ-سیب زمینی خوراکی	دوغ-نان
چهارشنبه	۹۴/۱۱/۱۴	چلوخورش قیمه سیب زمینی	خوراک کباب قفقازی و آش رشته سیب زمینی خوراکی-خیارشور	ماست-نان

هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۴/۱۱/۱۷	شوید باقلاپلو با گوشت	خوراک فیله با قارچ خیارشور-سس کچاپ	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۴/۱۱/۱۸	عدس پلو با گوشت چرخ کرده خرما-کشمش	جوجه چینی سس تاتار-خیارشور-پوره	ماست موسیر-نان
دوشنبه	۹۴/۱۱/۱۹	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	کوفته تبریزی لفل دلمه	دلستر-نان
سه شنبه	۹۴/۱۱/۲۰	چلوکباب کوبیده سماق-لیموترش-گوجه-کره	لازانیا و خوراک لوبیا سس کچاپ-سیب زمینی خوراکی	دوغ-نان
چهارشنبه	۹۴/۱۱/۲۱	چلوخورش قیمه سیب زمینی	چیکن استرگانف چیپس	سالاد-نان

هفته چهارم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۴/۱۱/۲۴	چلو اکبر جوجه	میرزا قاسمی و آش جو فلفل دلمه	ماست-نان
یکشنبه	۹۴/۱۱/۲۵	چلو خورش قیمه سیب زمینی	جوجه چینی سس تاتار-پوره-خیارشور	ماست-میوه-نان
دوشنبه	۹۴/۱۱/۲۶	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	کتلت مرغ و آش رشته گوجه-خیارشور-سس کچاپ	ترشی-نان
سه شنبه	۹۴/۱۱/۲۷	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	سالاد الویه مرغ خیارشور-گوجه فرنگی	سالاد-نان
چهارشنبه	۹۴/۱۱/۲۸	چلو خورش قورمه سبزی	شنیسل مرغ و سوپ جو سیب زمینی-خیارشور-سس کچاپ	ماست موسیر-نان

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

اداره تغذیه