

برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

اداره تغذیه مدیریت امور دانشجویی

۹۶/۱۱/۷ لغایت ۹۶/۱۲/۲

هفته اول

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۱۱/۷	عدس پلو با گوشت چرخ کرده خرما	کتلت مرغ و سوپ جو گوجه-خیارشور-سیب زمینی-سس کچاپ	ماست-نان
یکشنبه	۹۶/۱۱/۸	شوید باقلا پلو با مرغ	موساکا و آش رشته سس کچاپ-سیب زمینی	سالاد-نان
دوشنبه	۹۶/۱۱/۹	چلوخورش قیمه سیب زمینی	شنیسل مرغ گوجه-خیارشور-سیب زمینی-سس کچاپ	ماست-میوه-نان
سه شنبه	۹۶/۱۱/۱۰	چلو کباب نگینی گوجه-لیموترش-کره-سماق	خوراک فیله مرغ با قارچ- آش جو خیارشور-سس کچاپ	سبزی خوردن-نان
چهارشنبه	۹۶/۱۱/۱۱	چلو خورش قورمه سبزی	خوراک کباب تابه ای گوجه-چیپس	ماست موسیر-نان

هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۱۱/۱۴	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	کوفته تبریزی لفل دلمه	ماست-نان
یکشنبه	۹۶/۱۱/۱۵	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	جوجه چینی سیب زمینی-سس تاتار	ماست-میوه-نان
دوشنبه	۹۶/۱۱/۱۶	چلوخورش فسنجان	کتلت و سوپ جو سیب زمینی-خیارشور-گوجه-سس کچاپ	سالاد-نان
سه شنبه	۹۶/۱۱/۱۷	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	میرزا قاسمی و آش رشته سیب زمینی-سس کچاپ	دلستر-نان
چهارشنبه	۹۶/۱۱/۱۸	ماکارونی با گوشت چرخ کرده - خیارشور-سس کچاپ	شنیسل مرغ و سوپ قارچ سیب زمینی-خیارشور-گوجه-سس کچاپ	ماست موسیر-نان

هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۱۱/۲۱	زرشک پلو با مرغ	کتلت و سوپ جو سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس قرمز	ماست-نان
یکشنبه	۹۶/۱۱/۲۲	پیروزی انقلاب اسلامی-۲۲ بهمن		
دوشنبه	۹۶/۱۱/۲۳	چلوخورش قورمه سبزی	خوراک کباب تابه ای گوجه-چیپس-خیارشور	ماست-میوه-نان
سه شنبه	۹۶/۱۱/۲۴	چلو کباب نگینی گوجه-لیموترش-کره-سماق	کوفته تبریزی لفل دلمه	دوغ-نان

چهارشنبه	۹۶/۱۱/۲۵	چلوخورشت قیمه بادمجان	کوکوسبزی - اش رشته -خیارشور-گوجه-سس	ماست موسیر-نان
----------	----------	-----------------------	--	----------------

هفته چهارم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۱۱/۲۸	عدس پلویا گوشت چرخ کرده خرما	خوراک جوجه چینی پوره سیب زمینی-سس تارتار	سالاد-نان
یکشنبه	۹۶/۱۱/۲۹	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	فلافل - اش جو گوجه-خیارشور-سس کچاپ-نان باگت	دلستر-نان
دوشنبه	۹۶/۱۱/۳۰	چلو کباب نگینی -گوجه-لیمو ترش-کره-سماق	شنیسل مرغ-سوپ ورمشیل گوجه-خیارشور-سیب زمینی-سس کچاپ	دوغ-نان
سه شنبه	۹۶/۱۲/۱	چلوخورش قیمه سیب زمینی	راتاتوی وسوپ قارچ-سس کچاپ سیب زمینی	ماست موسیر-میوه- نان
چهارشنبه	۹۶/۱۲/۲	زرشک پلو با مرغ	کشک بادمجان لفل دلمه	ماست-نان

اداره تغذیه

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