

برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی از ۹۶/۲/۳۰ لغایت ۹۶/۳/۳

مدیریت امور دانشجویی - اداره تغذیه

ایام هفته	تاریخ	منوی یک ناهار	منوی دو ناهار	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۲/۳۰	چلو کباب کوبیده نگینی گوجه-لیموترش-کره-سماق	راتاتوی سیب زمینی-سس کچاپ	دوغ-نان
یکشنبه	۹۶/۲/۳۱	شوید باقلا پلو با مرغ	کشک بادمجان-فلفل دلمه	سالاد-نان
دوشنبه	۹۶/۳/۱	عدس پلو با گوشت چرخ کرده-خرما	خوراک کتلت مرغ خیارشور-گوجه-سس کچاپ-نان باگت	ماست موسیر-نان
سه شنبه	۹۶/۳/۲	چلو گوجه کباب گوجه-لیموترش	کوفته تبریزی	سبزی خوردن-میوه- ماست-نان
چهارشنبه	۹۶/۳/۳	چلوخورش کرفس	گوجه چینی پوره سیب زمینی-سس تاتار	ماست-نان

برنامه غذایی شام خوابگاهی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی از ۹۶/۲/۳۰ لغایت ۹۶/۳/۵

«برنامه ناهار و شام ثابت نبوده و بنا به شرایط امکان تغییر وجود دارد»

ایام هفته	تاریخ	منوی یک شام	منوی دو شام	منوی سه شام	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۲/۳۰	چلوخورش قیمه سیب زمینی-ماست- میوه	کوکوسبزی-آش رشته- گوجه-خیارشور-سس- نان باگت-ماست-میوه	سه نوع میوه-سوپ جو-سالاد یکنفره	نان
یکشنبه	۹۶/۲/۳۱	ماکارونی با گوشت چرخ کرده- خیارشور-سس کچاپ-ماست	خوراک فیله با قارچ- خیارشور-سس کچاپ- ماست	سه نوع میوه- سبزیجات پخته- بادام زمینی	شیر-نان
دوشنبه	۹۶/۳/۱	چلوکباب نگینی-گوجه-لیموترش- کره-سماق-دوغ-میوه	فلافل-گوجه-خیارشور- نان باگت-دوغ-میوه	سه نوع میوه-آش رشته-سالاد یکنفره	نان
سه شنبه	۹۶/۳/۲	سبری پلو با ماهی-زیتون-لیموترش- میوه	سیب زمینی و تخم مرغ- خوراک لوبیا-میوه	فیله مرغ با سبزیجات-سه نوع میوه	شیر-نان
چهارشنبه	۹۶/۳/۳	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده- ماست موسیر-میوه	موساکا یونانی-سیب زمینی-سس کچاپ- ماست موسیر-میوه	سه نوع میوه-سوپ جو-سالاد یکنفره	نان
پنج شنبه	۹۶/۳/۴	زرشک پلو با مرغ-ماست	کنسرو بادمجان-شیر کاکائو		نان
		زرشک پلو با مرغ-ماست	کنسرو بادمجان-شیر کاکائو		
جمعه	۹۶/۳/۵	چلوتن ماهی-زیتون-لیموترش-دلستر	سالاد الویه مرغ-گوجه-خیارشور-میوه		نان
		چلوتن ماهی-زیتون-لیموترش-دلستر	سالاد الویه مرغ-گوجه-خیارشور-میوه		