

برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

اداره تغذیه مدیریت امور دانشجویی

۹۵/۶/۲۷ لغایت ۹۵/۷/۲۸

هفته اول

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۵/۶/۲۷	چلوخورش قیمه سیب زمینی	کوفته تبریزی لفل دلمه	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۵/۶/۲۸	چلو کباب میکس لیموترش-گوجه-کره-سماق	میرزاقاسمی و خوراک لوبیا لفل دلمه	دوغ-نان
دوشنبه	۹۵/۶/۲۹	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	خوراک کنتل و سوپ جو سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس کچاپ	ماست موسیر-نان
سه شنبه	۹۵/۶/۳۰	عید غدیر خم		
چهارشنبه	۹۵/۶/۳۱	چلوخورش قورمه سبزی	چیکن استرگانف چیپس-خیارشور	ماست-نان

هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۵/۷/۳	ماکارونی با گوشت چرخ کرده سس قرمز-خیارشور	خوراک فیله با فارچ خیارشور-سس کچاپ	سالاد-نان
یکشنبه	۹۵/۷/۴	زرشک پلو با مرغ	کوفته تبریزی لفل دلمه	ماست-نان
دوشنبه	۹۵/۷/۵	عدس پلو با گوشت چرخ و کشمش خرما	شنیسل مرغ چیپس-سس قرمز	ماست موسیر-میوه-نان
سه شنبه	۹۵/۷/۶	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	لازانيا سبزیجات و سوپ جو سیب زمینی خوراکی-سس کچاپ	دوغ-نان
چهارشنبه	۹۵/۷/۷	چلو خورش قیمه سیب زمینی	خوراک کنتل سس کچاپ-سیب زمینی خوراکی	ماست-نان

هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۵/۷/۱۰	چلو خورش فسنجان	خوراک کنتل و سوپ جو سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس کچاپ	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۵/۷/۱۱	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	خوراک فیله با فارچ خیارشور-سس کچاپ	ماست موسیر-نان
دوشنبه	۹۵/۷/۱۲	چلوکباب کوبیده میکس لیموترش-گوجه-کره-سماق	خوراک کباب تابه ای پوره-خیارشور	دوغ-نان
سه شنبه	۹۵/۷/۱۳	چلوخورش قیمه سیب زمینی	جوجه چینی سس تاتار-خیارشور-پوره	سالاد-نان
چهارشنبه	۹۵/۷/۱۴	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	کشک بادمجان و اش رشته لفل دلمه	دلستر-نان

هفته چهارم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۵/۷/۱۷	شوید باقلاپلو با گوشت	چیکن استرگانف چیپس	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۵/۷/۱۸	چلوخورش قورمه سبزی	موساکای یونانی و سوپ شیر سیب زمینی خوراکی-خیارشور	ماست-نان
دوشنبه	۹۵/۷/۱۹	زرشک پلو با مرغ	خوراک کتلت مرغ و آش رشته سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس کچاپ	سالاد-نان
سه شنبه	۹۵/۷/۲۰	تاسوعای حسینی		
چهارشنبه	۹۵/۷/۲۱	عاشورای حسینی		

هفته پنجم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۵/۷/۲۴	چلوخورش قیمه سیب زمینی	کوفته تبریزی لفل دلمه	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۵/۷/۲۵	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	میرزاقاسمی و خوراک لوبیا لفل دلمه	دوغ-نان
دوشنبه	۹۵/۷/۲۶	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	خوراک کتلت و سوپ جو سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس کچاپ	ماست موسیر-نان
سه شنبه	۹۵/۷/۲۷	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	خوراک کباب تابه ای و آش رشته گوجه-چیپس-خیارشور	دلستر-نان
چهارشنبه	۹۵/۷/۲۸	چلوخورش قورمه سبزی	چیکن استرگانف چیپس-خیارشور	ماست-نان

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

اداره تغذیه دانشجویان