

## برنامه غذایی ناهار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

### اداره تغذیه مدیریت امور دانشجویی

۹۶/۲/۲۷ لغایت ۹۶/۲/۲

#### هفته اول

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۲/۲	چلوخورش قیمه سیب زمینی	کوفته تبریزی فلفل دلمه ای	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۶/۲/۳	شویدباقلاپلو با مرغ	خوراک کتلت مرغ سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس قرمز-نان باگت	سالاد-نان
دوشنبه	۹۶/۲/۴	چلو جوجه کباب گوجه-لیموترش-کره	فلافل خیارشور-سس کچاپ-نان باگت	دوغ-نان
مبعث رسول اکرم(ص)				
چهارشنبه	۹۶/۲/۶	عدس پلو با گوشت چرخ کرده	چیکن استرگانف-چیپس	ماست موسیر-نان

#### هفته دوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۲/۹	زرشک پلو با مرغ	کوفته تبریزی فلفل دلمه ای	سالاد-نان
یکشنبه	۹۶/۲/۱۰	ماکارونی با گوشت چرخ کرده-سس قرمز-خیارشور	خوراک سینه مرغ با قارچ خیارشور-سس کچاپ-سیب زمینی	ماست-نان
دوشنبه	۹۶/۲/۱۱	سبزی پلو با ماهی زیتون-لیموترش	سالاد الویه مرغ-گوجه-خیارشور- نان باگت	دلستر-نان
سه شنبه	۹۶/۲/۱۲	چلو خورش قیمه سیب زمینی	چیکن استرگانف-چیپس	ماست-میوه-نان
چهارشنبه	۹۶/۲/۱۳	چلو کباب کوبیده لیموترش-گوجه-کره-سماق	کتلت مرغ گوجه-خیارشور-سس کچاپ	دوغ-نان

#### هفته سوم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۲/۱۶	شویدباقلاپلو با گوشت	چیکن استرگانف -سیب زمینی	ماست موسیر-نان
یکشنبه	۹۶/۲/۱۷	چلو جوجه کباب لیموترش-گوجه-کره	خوراک کتلت-سیب زمینی-گوجه- خیارشور-سس قرمز-نان باگت	ماست-نان
دوشنبه	۹۶/۲/۱۸	چلوخورش قورمه سبزی	شنیسل مرغ سیب زمینی-گوجه-خیارشور-سس قرمز	ماست-میوه-نان
سه شنبه	۹۶/۲/۱۹	زرشک پلو با مرغ	خوراک کباب تابه ای سمبوسه-خیارشور	سالاد-نان
چهارشنبه	۹۶/۲/۲۰	چلوکباب کوبیده نگینی گوجه-لیموترش-کره-سماق	کشک بادمجان و اش دوغ فلفل دلمه ای	دوغ-نان

## هفته چهارم

ایام هفته	تاریخ	ناهار ۱	ناهار ۲	کنار غذایی
شنبه	۹۶/۲/۲۳	لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده	موساکای یونانی و سوپ شیر سیب زمینی خوراکی-سس قرمز	ماست-میوه-نان
یکشنبه	۹۶/۲/۲۴	چلو جوجه کباب کره-گوجه-لیموترش	میرزا قاسمی لفل دلمه	ماست-نان
دوشنبه	۹۶/۲/۲۵	ماکارونی با گوشت چرخ کرده خیارشور-سس قرمز	جوجه چینی پوره سیب زمینی-سس تاتار	سالاد-نان
سه شنبه	۹۶/۲/۲۶	سبزی پلو با ماهی لیموترش-زیتون	کتلت مرغ سس قرمز-خیارشور-سیب زمینی-نان باگت	دلستر-نان
چهارشنبه	۹۶/۲/۲۷	چلو خورش قیمه سیب زمینی	خوراک مرغ و قارچ سس قرمز-خیارشور	ماست-نان

اداره تغذیه

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