

برنامه غذایی آذر ماه 95

ردیف	روز	تاریخ	صبحانه	ناهار	عشاء
1	شنبه	95/8/29	پنیر+کره+شیر +نان لواش	زرشک پلو با مرغ سرخ کرده+میوه+ نان	چلو خورشت قورمه سبزی+ ماست موسیر +نان نان
2	یکشنبه	95/8/30	تعطیل رسمی		
3	دوشنبه	95/9/1	شیر+پنیر+مغز گردو +نان لواش	چلو جوجه کباب+ نان + نان	خوراک کباب تابه ای+ دوغ+نان لواش
4	سه شنبه	95/9/2	حلوا شکری+کره نان لواش	عدس پلو با گوشت + کشمش+ ماست+ میوه	نان ماکارونی+ گوجه+ خیارشور+میوه+ نان باگت
5	چهارشنبه	95/9/3	شیر+عسل+کره+نان نان	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ترشی	شنیسل مرغ+ سس کچاپ+ دوغ + نان نان
6	پنج شنبه	95/9/4	پنیر+خرما+چای کیسه ای+نان لواش	نان نان + نان نان	کنسرو تن ماهی +سیب زمینی+ تخم مرغ +میوه +نان لواش
7	جمعه	95/9/5			
8	شنبه	95/9/6	شیر+کره+مریبا+چای کیسه ای +نان لواش	چلو کباب کوبیده زعفرانی + گوجه + دوغ	شنیسل مرغ+ سس کچاپ+ دوغ +میوه + نان نان
9	یکشنبه	95/9/7	تخم مرغ+پنیر+ نان نان	زرشک پلو با مرغ سرخ کرده + ترشی+ میوه	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + نان موسیر + نان نان
10	دوشنبه	95/9/8	تعطیل رسمی		
11	سه شنبه	95/9/9	پنیر+کره+ نان لواش	چلو جوجه کباب + نان نان	کنسرو تن ماهی+ سیب زمینی+ نان نان + نان نان
12	چهارشنبه	95/9/10	تعطیل رسمی		
13	پنج شنبه	95/9/11	شیر +پنیر+مغز گردو +نان لواش	سبزی پلو با ماهی + زیتون + نان نان	ناگت مرغ+سس کچاپ+گوجه+ خیارشور+میوه+ نان نان
14	جمعه	95/9/12			
15	شنبه	95/9/13	شیر+کره+مریبا+چای کیسه ای +نان لواش	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ترشی	چلو جوجه کباب+ گوجه + دوغ
16	یکشنبه	95/9/14	تخم مرغ+پنیر+ نان نان	استانبولی پلو+ نان نان + خیار+ میوه	ماکارونی + نان نان + نان نان+میوه+ نان نان
17	دوشنبه	95/9/15	حلواشکری+چای کیسه ای+نان لواش	زرشک پلو با مرغ سرخ کرده + ماست	چلو خورشت قورمه سبزی+ نان نان
18	سه شنبه	95/9/16	پنیر+کره+ نان لواش	چلو کباب کوبیده زعفرانی + گوجه + دوغ	نان لویه+ گوجه+ خیارشور+میوه+ نان باگت
19	چهارشنبه	95/9/17	شیر+عسل+کره+نان لواش	نان نان + نان نان	شنیسل مرغ+ سس کچاپ+ دوغ +نان لواش
20	پنج شنبه	95/9/18	شیر +پنیر+مغز گردو +نان لواش	نان نان + نان نان + میوه	کنسرو تن ماهی+ سیب زمینی+ نان نان + نان نان
21	جمعه	95/9/19			
22	شنبه	95/9/20	شیر+کره+مریبا+چای کیسه ای +نان لواش	استانبولی پلو+ماست خیار+میوه	شنیسل مرغ+ سس کچاپ+ نان نان + نان نان
23	یکشنبه	95/9/21	تخم مرغ+پنیر+ نان نان	چلو کباب کوبیده زعفرانی + گوجه + دوغ	کوکوی مرغ +گوجه+خیارشور+دلستر+میوه+ نان نان
24	دوشنبه	95/9/22	حلواشکری+چای کیسه ای+نان لواش	زرشک پلو با مرغ سرخ کرده + ماست	نان نان + نان نان + نان نان+نان نان
25	سه شنبه	95/9/23	پنیر+کره+ نان لواش	چلو خورشت قورمه سبزی+میوه+ ترشی	نان ماکارونی+ گوجه+ خیارشور+میوه+ نان باگت
26	چهارشنبه	95/9/24	شیر+عسل+کره+نان لواش	چلو جوجه کباب+ نان نان	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + سالاد +نان لواش
27	پنج شنبه	95/9/25	شیر +پنیر+مغز گردو +نان لواش	خوراک کباب تابه ای+ دوغ + زیتون	نان نان +سس کچاپ + خیارشور+ میوه + نان لواش
28	جمعه	95/9/26			
29	شنبه	95/9/27	تعطیل رسمی		
30	یکشنبه	95/9/28	شیر+کره+مریبا+چای کیسه ای +نان لواش	عدس پلو با گوشت + کشمش+ ماست+ میوه	میرزا قاسمی+ سوپ جو +ماست + نان لواش
31	دوشنبه	95/9/29	حلواشکری+چای کیسه ای+نان لواش	زرشک پلو با مرغ سرخ کرده+ نان نان	خوراک کباب تابه ای+ دوغ+نان لواش
32	سه شنبه	95/9/30	پنیر+کره+ نان لواش	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ترشی	چلو جوجه کباب+گوجه + نان میوه + نان نان
33	چهارشنبه	95/10/1	شیر+عسل+کره+نان لواش	چلو کباب کوبیده زعفرانی + گوجه + دوغ+میوه	شنیسل مرغ+ سس کچاپ+ دوغ + نان نان
34	پنجشنبه	95/10/2	شیر +پنیر+مغز گردو +نان لواش	نان نان + نان نان	کنسرو تن ماهی +سیب زمینی+ تخم مرغ +میوه +نان لواش
35	جمعه	95/10/3			

واحد تغذیه دانشکده پرستاری و مامائی-پیراپزشکی شرق گیلان