



روزهای هفتہ	غذای برنجی	تومان	خوراک	تومان	غذای رژیمی	تومان
سه شنبه	استانبولی پلو	۱۴۰,۰۰۰	خوراک سوسیس بندری	۱۴۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
چهارشنبه	چلوخورشت فسنجان با مرغ	۱۷۰,۰۰۰	حیلیم بادمجان	۱۳۷,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
شنبه	چلوچوجه کباب جنگل	۱۷۰,۰۰۰	کتلت گوشت	۱۴۷,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
یکشنبه	تعطیل		تعطیل		تعطیل	
دوشنبه	چلو گوشت	۲۰۰,۰۰۰	شنيسل مرغ	۱۰۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
سه شنبه	لوبیاپلو	۱۰۰,۰۰۰	خوراک جوجه کباب با سبزیجات	۱۶۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
چهارشنبه	باقالی پلویامرغ	۱۷۰,۰۰۰	ماکارانی با گوشت	۱۳۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
شنبه	چلو کباب لقمه	۱۷۰,۰۰۰	کشک بادمجان بادورچین	۱۳۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
یکشنبه	چلوخورشت قورمه سبزی	۱۰۰,۰۰۰	خوراک سوسیس بندری	۱۴۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰

هفته اول

هفته دوم



روزهای هفته	غذای برنجی	تومان	خوراک	تومان	غذای رژیمی	تومان
دوشنبه	چلوکبرجوچه	۱۷۰,۰۰۰	کوفته تبریزی	۱۴۰,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
سه شنبه	لوبیاپلو	۱۰۰,۰۰۰	کتلت مرغ	۱۴۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
چهارشنبه	زرشک پلو با مرغ	۱۶۰,۰۰۰	کوکوسبزی با دورچین	۱۴۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
شنبه	چلو جوجه کباب	۱۶۰,۰۰۰	سالاد الوبه	۱۲۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
یکشنبه	چلو خورشت قیمه سیب زمینی	۱۷۰,۰۰۰	میرزا قاسمی	۱۲۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
دوشنبه	سبزی پلو با ماهی	۱۰۰,۰۰۰	کتلت گوشت	۱۳۲,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
سه شنبه	عدس پلو	۱۹۰,۰۰۰	خوراک مرغ و قارچ	۱۴۷,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰
چهارشنبه	چلوکباب تابه‌ای	۱۴۰,۰۰۰	فیله سوخاری با سیب زمینی	۱۴۷,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۰,۰۰۰

۳۰۰ گرم فیله مرغ سوخاری+سیب زمینی سرخ کرده +دورچین سبزیجات +نان



روزهای هفتہ	غذای برنجی	خوراک	تومان	غذای رژیمی	تومان	تومان
شنبه ۱۲/۲۶	چلوکباب لقمه	کشک بادمجان بادورچین	۱۴۰,۰۰۰	سالاد سزار	۱۴۷,۰۰۰	۱۳۰,۰۰۰
یکشنبه ۱۲/۲۷	چلوخورشت مسما بادمجان	دلمه فلفل	۱۷۰,۰۰۰	سالاد سزار	۱۶۲,۰۰۰	۱۳۰,۰۰۰
دوشنبه ۱۲/۲۸	زرشک پلو با مرغ	کوفته تبریزی	۱۰۰,۰۰۰	سالاد سزار	۱۳۷,۰۰۰	۱۳۰,۰۰۰
سه شنبه ۱۲/۲۹	تعطیل	تعطیل	تعطیل	تعطیل	تعطیل	تعطیل