

تاریخ ()		تاریخ ()	وعده غذایی	ایام هفته
شنبه ۹۸/۱۰/۱۴	کره عسل	کره مربا	صبحانه	شنبه ۹۸/۱۰/۷
	چلو خورشید قورمه سبزی (سالاد)	چلو گوشت با باقلی پلو (دوغ)	نهار ۱	
	استامبولی پلو با خلال مرغ (ماست)	شوید پلو با تن ماهی (ترشی - خرما)	نهار ۲	
	خوراک تن ماهی (سوپ جو)	عدس پلو با گوشت (ماست)	شام ۱	
یک شنبه ۹۸/۱۰/۱۵	خوراک لوبیا	شیربرنج	صبحانه	یک شنبه ۹۸/۱۰/۸
	چلو جوجه کباب (گوجه - دوغ)	چلو قورمه سبزی (سالاد فصل)	نهار ۱	
	چلو گوشت (دوغ)	استامبولی پلو با گوشت (ماست)	نهار ۲	
	سالاد الویه (میوه)	شامی کباب (سوپ جو)	شام ۱	
دوشنبه ۹۸/۱۰/۱۶	پنیر شیر خرما	حلو اشکری	صبحانه	دوشنبه ۹۸/۱۰/۹
	چلو خورشید قیمه آلو (سالاد)	چلو کباب مرغ (دوغ - گوجه)	نهار ۱	
	باقلی پلو با خلال مرغ (ماست)	فسنجون با گوشت شنیسل (ماست)	نهار ۲	
	خوراک مرغ سوخاری (سس انار - میوه)	لوبیا پلو با گوشت (ماست)	شام ۱	
سه شنبه ۹۸/۱۰/۱۷	تخم مرغ آبپز	عدسی	صبحانه	سه شنبه ۹۸/۱۰/۱۰
	چلو کباب کوبیده (گوجه - دوغ)	چلو خورشید قیمه (سالاد)	نهار ۱	
	چلو ماهی (خرما- ترشی)	باقلی پلو با گوشت قورمه (ماست)	نهار ۲	
	ماکارانی (ترشی)	خوراک قارچ و مرغ (سوپ جو)	شام ۱	
چهارشنبه ۹۸/۱۰/۱۸	پنیر گوجه	پنیر گوجه	صبحانه	چهارشنبه ۹۸/۱۰/۱۱
	چلو خورشید کرفس (ماست)	چلو کباب کوبیده (گوجه - دوغ)	نهار ۱	
	چلو گوجه بادمجان (سالاد)	زرشک پلو با مرغ (ماست)	نهار ۲	
	کوکو سبزی (سوپ جو- ماست)	خوراک کشک و بادمجان (میوه)	شام ۱	

تاریخ ()		تاریخ ()		ایام هفته	وعده غذایی
شنبه ۹۸/۱۰/۲۸	کره عسل	کره مربا	صبحانه	شنبه ۹۸/۱۰/۲۱	صبحانه
	چلو قورمه سبزی (سالاد)	زرشک پلو با مرغ (ماست)	نهار ۱		نهار ۱
	چلو قیمه (سالاد)	چلو کباب کوبیده (گوجه - دوغ)	نهار ۲		نهار ۲
	خوراک قارچ و گوشت (سوپ جو - میوه)	حلیم بادمجان (میوه)	شام ۱		شام ۱
یکشنبه ۹۸/۱۰/۲۹	خوراک لوبیا	شیربرنج	صبحانه	یکشنبه ۹۸/۱۰/۲۲	صبحانه
	چلو جوجه کباب (دوغ)	چلو قورمه سبزی (سالاد)	نهار ۱		نهار ۱
	چلو گوشت (دوغ)	استامبولی پلو با گوشت (ماست)	نهار ۲		نهار ۲
	عدس پلو با کشمش (ماست)	آبگوشت (ترشی)	شام ۱		شام ۱
دوشنبه ۹۸/۱۰/۳۰	پنیر شیر خرما	حلواشکری	صبحانه	دوشنبه ۹۸/۱۰/۲۳	صبحانه
	چلو خورشید کرفس (ماست)	چلو کباب مرغ (گوجه - دوغ)	نهار ۱		نهار ۱
	استامبولی پلو با خلال مرغ (ماست)	چلو گوشت (دوغ)	نهار ۲		نهار ۲
	خوراک مرغ (میوه)	کوکو سیب زمینی (ماست - سوپ جو)	شام ۱		شام ۱
سه شنبه ۹۸/۱۱/۱	تخم مرغ آبپز	عدسی	صبحانه	سه شنبه ۹۸/۱۰/۲۴	صبحانه
	چلو ماهی (خرما- ترشی)	چلو قیمه بادمجان (سالاد)	نهار ۱		نهار ۱
	چلو کباب مرغ (دوغ)	باقلی پلو با گوشت قورمه (ماست)	نهار ۲		نهار ۲
	ماکارانی (ترشی)	حلیم (میوه)	شام ۱		شام ۱
چهارشنبه ۹۸/۱۱/۲	پنیر گوجه	پنیر گوجه	صبحانه	چهارشنبه ۹۸/۱۰/۲۵	صبحانه
	باقلی پلو با خلال مرغ (ماست)	شوید پلو با تن ماهی (خرما - ترشی)	نهار ۱		نهار ۱
	چلو گوجه بادمجان (سالاد)	فسنجون با گوشت قلقلی (ماست)	نهار ۲		نهار ۲
	خوراک جوجه کباب (گوجه کبابی)	خوراک شینیسل مرغ (سس فرمز - سوپ جو)	شام ۱		شام ۱
پنجشنبه ۹۸/۱۱/۳	زرشک پلو با مرغ (ماست) - چلو کباب کوبیده (دوغ - گوجه کبابی)	چلو خورشید قیمه آلو (سالاد) - استامبولی با خلال مرغ (ماست)	نهار	پنجشنبه ۹۸/۱۰/۲۶	نهار
جمعه ۹۸/۱۱/۴	چلو خورشید قیمه آلو (سالاد) - استامبولی با گوشت (ماست)	زرشک پلو با مرغ (ماست) - چلو کباب کوبیده (دوغ - گوجه کبابی)	نهار	جمعه ۹۸/۱۰/۲۷	نهار

تاریخ ()	وعده غذایی	ایام هفته
کره مربا	صبحانه	شنبه ۹۸/۱۱/۵
چلو گوشت با باقلی پلو (دوغ)	نهار ۱	
فسنجون با گوشت شنپسل (ماست)	نهار ۲	
عدس پلو با گوشت (ماست)	شام ۱	
شیربرنج	صبحانه	یک شنبه ۹۸/۱۱/۶
چلو قورمه سبزی (سالاد فصل)	نهار ۱	
استامبولی پلو با گوشت (ماست)	نهار ۲	
شامی کباب (سوپ جو)	شام ۱	