

بنام خدا

برنامه غذا خوری های دانشگاه علوم پزشکی لرستان در آذرماه ۱۳۹۶

ایام	تاریخ	صبحانه	ناهار		کنار غذا	شام	کنار غذا
			نوع یک	نوع دو			
چهارشنبه	۹۶/۰۹/۰۱		باقلا پلو با مرغ	چلو کباب کوبیده	دوغ و سوپ جو	سالاد/لوبه	فلفل دلمه ای و گوجه و میوه
پنج شنبه	۹۶/۰۹/۰۲		استامبولی با مرغ	ماست موسیر	چلو خورش سبزی	ماست	
جمعه	۹۶/۰۹/۰۳						
شنبه	۹۶/۰۹/۰۴	۱ و ۲	زرشک پلو با مرغ	دوغ و میوه	شوید پلو با تن ماهی	دلستر و خرما	
یکشنبه	۹۶/۰۹/۰۵		چلو خورش قیمه	لوبیا پلو با گوشت	ماست و سوپ جو	شتیسل مرغ	فلفل دلمه ای و گوجه و میوه
دوشنبه	۹۶/۰۹/۰۶		شوید پلو با ماهی	باقلا پلو با مرغ	دلستر و زیتون	چلو کباب کوبیده	دوغ
سه شنبه	۹۶/۰۹/۰۷		چلو خورش سبزی	عدس پلو با مرغ	ماست موسیر	خوراک مرغ	دوغ و فلفل دلمه ای و گوجه و سیب زمینی
چهارشنبه	۹۶/۰۹/۰۸		زرشک پلو با گوشت	چلو کباب کوبیده	سالاد شیرازی و دوغ	خورش آلو	ماست و میوه
پنج شنبه	۹۶/۰۹/۰۹		استامبولی با گوشت	ماست	خوراک کتوکو سیب زمینی	دوغ و فلفل دلمه ای و گوجه	
جمعه	۹۶/۰۹/۱۰						
شنبه	۹۶/۰۹/۱۱	۳ و ۴	چلو جوجه کباب	دوغ	شوید پلو با تن ماهی	دلستر و خرما	
یکشنبه	۹۶/۰۹/۱۲		چلو خورش آلو	استامبولی با مرغ	ماست موسیر	خوراک مرغ	فلفل دلمه ای و گوجه و سیب زمینی و میوه
دوشنبه	۹۶/۰۹/۱۳		شوید پلو با ماهی	چلو کباب کوبیده	دلستر و زیتون و میوه	چلو خورش قیمه	ماست
سه شنبه	۹۶/۰۹/۱۴		چلو خورش کرفس	استامبولی با گوشت	ماست	خوراک کوبیده	دوغ و میوه
چهارشنبه	۹۶/۰۹/۱۵						
پنج شنبه	۹۶/۰۹/۱۶		باقلا پلو با گوشت	دوغ	چلو جوجه کباب	دوغ و سوپ	
جمعه	۹۶/۰۹/۱۷						
شنبه	۹۶/۰۹/۱۸	۱ و ۲	شوید پلو با ماهی	دلستر و زیتون	عدس پلو با مرغ	ماست موسیر	
یکشنبه	۹۶/۰۹/۱۹		زرشک پلو با گوشت	چلو کباب کوبیده	ماست و میوه	شوید پلو با تن ماهی	دلستر و خرما
دوشنبه	۹۶/۰۹/۲۰		چلو خورش قیمه	استامبولی با مرغ	دوغ و سوپ جو	سالاد/لوبه	فلفل دلمه ای و گوجه و میوه
سه شنبه	۹۶/۰۹/۲۱		زرشک پلو با مرغ	چلو جوجه کباب	دوغ و سالاد شیرازی	چلو خورش کرفس	دوغ
چهارشنبه	۹۶/۰۹/۲۲		چلو خورش سبزی	ماکارونی	ماست موسیر	چلو کباب کوبیده	ماست و میوه
پنج شنبه	۹۶/۰۹/۲۳		استامبولی با گوشت	ماست	شتیسل مرغ	فلفل دلمه ای و گوجه و دوغ	
جمعه	۹۶/۰۹/۲۴						
شنبه	۹۶/۰۹/۲۵	۳ و ۴	باقلا پلو با مرغ	دوغ	ماکارونی	ماست موسیر	
یکشنبه	۹۶/۰۹/۲۶		خورش بادمجان	عدس پلو با مرغ	ماست و سوپ و ورمیشل	چلو جوجه کباب	دوغ و میوه
دوشنبه	۹۶/۰۹/۲۷		شوید پلو با ماهی	باقلا پلو با گوشت	دلستر و زیتون	خوراک کوبیده	دوغ و فلفل دلمه ای و گوجه
سه شنبه	۹۶/۰۹/۲۸		چلو خورش سبزی	لوبیا پلو با گوشت	ماست و میوه	استامبولی با مرغ	ماست موسیر
چهارشنبه	۹۶/۰۹/۲۹		چلو جوجه کباب	باقلا پلو با مرغ	دوغ	چلو خورش قیمه	دوغ و میوه
پنج شنبه	۹۶/۰۹/۳۰		شوید پلو با تن ماهی	دلستر	سالاد لوبه	فلفل دلمه ای و گوجه	

بسته دو: حلوا شکرکی تخم مرغ کره شیر	بسته یک: مربا شیر کره پنیر
بسته چهار: مربا شیر کره پنیر	بسته سه: شیر کره عسل

توجه: در صورت عدم وجود مواد اولیه مرغوب در بازار امکان حذف جابجایی یا تغییر در برنامه غذایی وجود دارد.