|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **منوغذایی مهرماه 1402** | | | | | | |
| **میوه** | **شام** | **میوه** | **ناهار** | **شیر** | **صبحانه** | **روز/تاریخ** |
| **میوه** | **عدس پلو با گوشت چرخ کرده + ماست ساده** |  | **سبزی پلو با ماهی + زیتون پرورده تکنفره** | **شیرکاکائو** | **کره + مربا** | دوشنبه  3/7/1402 |
|  | **کوکوی مرغ + گوجه فرنگی+ خیارشور+ ماست ساده** |  | **چلو کباب کوبیده + گوجه فرنگی + سماق تکنفره + کره تکنفره + دوغ تکنفره** |  | **پنیر + خیار** | سه شنبه  4/7/1402 |
|  | **ماکارونی با گوشت چرخ کرده و سویا + دوغ + سس کچاپ** | **میوه** | **چلو خورشت قورمه سبزی + یک بسته آبلیمو تکنفره + ماست ساده** | **شیرساده** | **کره + حلوا ارده** | چهارشنبه  5/7/1402 |
|  | **سبزی پلو با تن ماهی+ زیتون پرورده** |  | **چلو جوجه کباب + گوجه فرنگی + کره تکنفره + ماست موسیر** |  | **کره + پنیر** | پنجشنبه  6/7/1402 |
|  |  |  |  |  |  | جمعه  7/7/1402 |