|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **هفته اول دی ماه 1402** | | | | | | |
|  | **عدس پلو با گوشت چرخ کرده + کشمش و زعفران + ماست ساده** | **میوه** | **زرشک پلو با مرغ و زعفران + دوغ تکنفره** | **شیرساده** | **پنیر + خرما** | **2/10/1402**  **شنبه** |
|  | **شنیسل مرغ + گوجه فرنگی+ فلفل دلمه ای + خیارشور+ ماست موسیر** |  | **سبزی پلو با ماهی+ زیتون+برش لیمو یا نارنج** |  | **2 عدد تخم مرغ خام + 1 عدد کره** | **3/10/1402**  **یکشنبه** |
| **میوه** | **کوکوسبزی+ گوجه فرنگی + ماست موسیر** |  | **چلوخورشت قیمه + سیب زمینی + ترشی** | **شیرکاکائو** | **کره+مربا** | **4/10/1402**  **دوشنبه** |
|  | **لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده + دوغ تکنفره** |  | **چلو جوجه کباب + گوجه فرنگی + کره تکنفره + ماست موسیر** |  | **پنیر+ گوجه فرنگی** | **5/10/1402**  **سه شنبه** |
|  | **خوراک مرغ و قارچ + سیب زمینی سرخ کرده + دوغ** | **میوه** | **چلو خورشت قورمه سبزی + یک بسته آبلیمو تکنفره + ماست** | **شیرموز** | **خامه شکلاتی** | **6/10/1402**  **چهارشنبه** |
|  | **سبزی پلو با تن ماهی+ زیتون** |  | **چلو کباب کوبیده + گوجه فرنگی + سماق تکنفره + کره تکنفره + دوغ تکنفره** |  | **پنیر+گردو** | **7/10/1402**  **پنجشنبه** |
|  |  |  |  |  |  | **جمعه** |