|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **هفته سوم دی ماه 1402** | | | | | | |
|  | **شنیسل مرغ + 1 عدد گوجه فرنگی+ 4 حلقه فلفل دلمه+1 ماست موسیر** | **میوه** | **چلوخورشت قورمه سبزی+ ماست ساده + ابلیمو تکنفره** | **شیرساده** | **پنیر+خرما** | **16/10/1402**  **شنبه** |
|  | **عدس پلو با گوشت چرخ کرده+ کشمش و زعفران +ماست ساده** |  | **چلو جوجه کباب + گوجه فرنگی + کره تکنفره + ماست موسیر** |  | **کره + مربا** | **17/10/1402**  **یکشنبه** |
| **میوه** | **خوراک مرغ و قارچ + سیب زمینی سرخ کرده + ماست موسیر+ خیارشور** |  | **سبزی پلو با ماهی+ زیتون+برش لیمو یا نارنج+2 عدد خرما** | **شیرکاکائو** | **پنیر + گردو** | **18/10/1402**  **دوشنبه** |
|  | **ماکارونی با گوشت چرخ کرده و سویا + ترشی+ سس کچاپ** |  | **چلو کباب کوبیده + گوجه فرنگی + سماق تکنفره + کره تکنفره + دوغ تکنفره** |  | **خامه عسل** | **19/10/1402**  **سه شنبه** |
|  | **کوکوسیب زمینی +1 عدد ماست ساده + 1 عدد خیارشور** | **میوه** | **زرشک پلو با مرغ و زعفران + دوغ** | **شیرموز** | **پنیر+گوجه فرنگی** | **20/10/1402**  **چهارشنبه** |
|  | **سالاد الویه بسته بندی+نان** |  | **چلوخورشت قیمه + سیب زمینی + ماست ساده+ ابلیمو تکنفره** |  | **کره + حلواارده** | **21/10/1402**  **پنجشنبه** |
|  |  |  |  |  |  | **جمعه** |