|  |
| --- |
| **منو غذایی اسفندماه 1402** |
| **1/12/1402** | **سه شنبه** | **2 عدد تخم مرغ خام + 1 عدد کره** |  | **چلوخورشت قیمه + سیب زمینی + ماست ساده+ابلیمو تکنفره** |  | **کوکوی مرغ+ 1 گوجه + 4 حلقه فلفل دلمه ای+ دوغ** |  |
| **2/12/1402** | **چهارشنبه** | **کره + عسل** | **شیرکاکائو** | **زرشک پلو با مرغ و زعفران + دوغ + میوه: پرتقال** |  | **لوبیا پلو با گوشت چرخ کرده +ماست ساده + 1 خیارشور تکنفره** |  |
| 3/12/1402 | پنجشنبه | **پنیر+گردو** |  | **چلوخورشت قورمه سبزی + ماست ساده+ابلیمو تکنفره** |  | **سالاد الویه مرغ بسته بندی+نان** |  |
| 4/12/1402 | جمعه |  |  |  |  |  |  |
| 5/12/1402 | شنبه | **کره + مربا** | **شیر ساده** | **چلو جوجه کباب + گوجه فرنگی + کره تکنفره + ماست موسیر** |  | **کنسرو قارچ و لوبیا + ماست** |  |
| 6/12/1402 | یکشنبه |  |  |  |  |  |  |
| 7/12/1402 | دوشنبه | **پنیر+ کره** |  | **چلو کباب کوبیده + گوجه فرنگی + سماق تکنفره + کره تکنفره + دوغ تکنفره + ریحان بسته بندی شده** |  | **عدس پلو با گوشت چرخ کرده+ کشمش و زعفران +ماست ساده** | **میوه: سیب** |
| 8/12/1402 | سه شنبه | **کره + حلواارده** | **شیرموز**  | **سبزی پلو با ماهی+ زیتون تکنفره+برش لیمو یا نارنج+2 عدد خرما** |  | **ناگت مرغ+ گوجه +دلستر** |  |
| 9/12/1402 | چهارشنبه | **2 عدد تخم مرغ خام + 1 عدد کره** |  | **چلوخورشت قیمه + سیب زمینی + ماست ساده+ابلیمو تکنفره** | **میوه: پرتقال** | **ماکارونی با گوشت چرخ کرده و سویا + ترشی+ سس کچاپ** |  |
| 10/12/1402 | پنجشنبه | **پنیر+ گوجه فرنگی** | **شیرکاکائو** | **زرشک پلو با مرغ و زعفران + دوغ + دنت** |  | **سبزی پلو+ تن ماهی120 گرمی+زیتون** |  |
| 11/12/1402 | جمعه |  |  |  |  |  |  |