

روز	تاریخ	صبحانه	میان وعده اول	ناهار	میان وعده دوم
چهارشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۱	نیمرو+ نان تافتون	شیرمال + چای	اسپاگتی با گوشت چرخ کرده	میوه ی فصل
شنبه	۱۴۰۰/۱۰/۴	پنیر + نان + چای	گندمک + شیر	زرشک پلو با مرغ + سالاد گل کلم و هویج	نخودچی + کشمش
یکشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۵	کره + عسل + چای	کیک	الویه	پنیر + نان
دوشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۶	نیمرو + نان تافتون	پفیلا	پلو خورشت قیمه + سالاد شیرازی	میوه ی فصل
سه شنبه	۱۴۰۰/۱۰/۷	عدسی + نان تافتون	بیسکویت + شیر	پاستا سبزیجات	پنیر + نان
چهارشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۸	ارده + شیر + نان تافتون + چای	شیرمال + چای	عدس پلو + ماست	میوه ی فصل
شنبه	۱۴۰۰/۱۰/۱۱	پنیر + نان + چای	شیرین گندمک + شیر	رشته پلو با چرخ کرده + ماست	نخودچی + کشمش
یکشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۱۲	کره + عسل + چای	کیک	اسپاگتی با مرغ + سالاد کاهو	پنیر + نان
دوشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۱۳	نیمرو + نان تافتون	بیسکویت + شیر	پلو خورشت قرمه سبزی	میوه ی فصل
سه شنبه	۱۴۰۰/۱۰/۱۴	ارده + شیر + نان تافتون + چای	شیرمال + چای	کوکو سیب زمینی + سوپ	پنیر + نان
چهارشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۱۵	عدسی + نان تافتون	پفیلا	هویج پلو با مرغ + سالاد کلم و هویج	میوه ی فصل
شنبه	۱۴۰۰/۱۰/۱۸	پنیر + نان + چای	شیرین گندمک + شیر	پلو خورشت قیمه + سالاد شیرازی	نخودچی + کشمش
یکشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۱۹	کره + عسل + چای	کیک	آش جو + حلوا ارده	پنیر + نان
دوشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۲۰	نیمرو + نان تافتون	پفیلا	لوبیا پلو با گوشت + ماست	میوه ی فصل
سه شنبه	۱۴۰۰/۱۰/۲۱	ارده + شیر + نان تافتون + چای	شیرمال + چای	کوکو سبزی + سوپ	پنیر + نان
چهارشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۲۲	عدسی + نان تافتون	بیسکویت + شیر	اسپاگتی با گوشت + سالاد کاهو	میوه ی فصل
شنبه	۱۴۰۰/۱۰/۲۵	پنیر + نان + چای	شیرین گندمک + شیر	هویج پلو + سالاد کلم و هویج	نخودچی + کشمش
یکشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۲۶	کره + عسل + چای	نخودچی + کشمش	الویه	پنیر + نان
دوشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۲۷	نیمرو + نان تافتون	پفیلا	عدس پلو + ماست	میوه ی فصل
سه شنبه	۱۴۰۰/۱۰/۲۸	ارده + شیر + نان تافتون + چای	بیسکویت + شیر	پاستا سبزیجات	پنیر + نان
چهارشنبه	۱۴۰۰/۱۰/۲۹	عدسی + نان تافتون	شیرمال + چای	پلو خورشت قرمه سبزی	میوه ی فصل



مدیریت آموزش عالی و پژوهش

مرکز تخصصی پیش‌دستانی والد (مزداران)

برنامه غذایی دی ماه ۱۴۰۰