

برنامه غذایی آبان ماه

سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲

| روز | تاریخ | صبحانه | میان وعده | نهار |
|-----|---------------|--------------------------------|-----------------|---|
| ۱ | شنبه ۷/۳۰ | نان + پنیر و گوجه + چای شیرین | بستنی میوه ای | خورش قیمه سیب زمینی |
| ۲ | یکشنبه ۸/۱ | کورن فلکس و شیر | بیسکویت | زرشک پلو با مرغ |
| ۳ | دو شنبه ۸/۲ | نان + لوبیا | لقمه نان و پنیر | نان + کباب تابه + خیار شور گوجه + سوپ |
| ۴ | سه شنبه ۸/۳ | نان + املت | شیر کاکائو | ساندویچ مرغ + خیار شور گوجه |
| ۵ | چهارشنبه ۸/۴ | نان + خامه عسل + چای شیرین | ژله | عدس پلو + ماست |
| ۶ | شنبه ۸/۷ | نان + شکلات صبحانه + چای شیرین | گندمک | خورش قورمه سبزی |
| ۷ | یک شنبه ۸/۸ | شیر برنج | نان قندی | نان + شنپسل + خیار شور گوجه |
| ۸ | دوشنبه ۸/۹ | نان + عدسی | لقمه نان و پنیر | ماکارونی + سس |
| ۹ | سه شنبه ۸/۱۰ | نان + نیمرو | شیر و خرما | نان + کوکو سیب زمینی + خیار شور گوجه |
| ۱۰ | چهارشنبه ۸/۱۱ | نان + کره مربا + چای شیرین | نخود و کشمش | استانبولی + ماست |
| ۱۱ | شنبه ۸/۱۴ | نان + پنیر و گوجه + چای شیرین | پاپ کورن | خورش قیمه سیب زمینی |
| ۱۲ | یکشنبه ۸/۱۵ | کورن فلکس و شیر | بیسکویت | چلو گوجه کباب |
| ۱۳ | دوشنبه ۸/۱۶ | نان + لوبیا | لقمه نان و پنیر | نان + کتلت + خیار شور گوجه |
| ۱۴ | سه شنبه ۸/۱۷ | نان + املت | شیر کاکائو | ساندویچ مرغ + سیب زمینی + خیار شور گوجه |
| ۱۵ | چهارشنبه ۸/۱۸ | نان + خامه عسل + چای شیرین | ژله | عدس پلو + ماست |
| ۱۶ | شنبه ۸/۲۱ | نان + شکلات صبحانه + چای شیرین | گندمک | خورش قورمه سبزی |
| ۱۷ | یک شنبه ۸/۲۲ | فرن | نان قندی | نان + شنپسل + خیار شور گوجه |
| ۱۸ | دوشنبه ۸/۲۳ | نان + عدسی | لقمه نان و پنیر | ماکارونی + سس |
| ۱۹ | سه شنبه ۸/۲۴ | نان + نیمرو | شیر و خرما | نان + کوکو سیب زمینی + خیار شور گوجه |
| ۲۰ | چهارشنبه ۸/۲۵ | نان + کره مربا + چای شیرین | نخود و کشمش | استانبولی + ماست |
| ۲۲ | شنبه ۸/۲۸ | نان + پنیر و گوجه + چای شیرین | پاپ کورن | خورش قیمه سیب زمینی |
| ۲۳ | یکشنبه ۸/۲۹ | کورن فلکس و شیر | بیسکویت | زرشک پلو با مرغ |
| ۲۴ | دوشنبه ۸/۳۰ | نان + لوبیا | کیک | نان + کباب تابه + خیار شور گوجه + سوپ |
| ۲۵ | سه شنبه ۹/۱ | نان + املت | شیر کاکائو | ساندویچ مرغ + سیب زمینی + خیار شور گوجه |
| ۲۶ | چهارشنبه ۹/۲ | نان + خامه عسل + چای شیرین | ژله | عدس پلو + ماست |