

**\*برنامه غذای دانشجویی غذاخوری های دانشگاه مازندران — بهمن ۹۷\***

ایام هفته	تاریخ	صبحانه		ناهار		شام	
		نوع ۱	نوع ۲	نوع ۱	نوع ۲	نوع ۱	نوع ۲
دوشنبه	۹۷/۱۱/۰۱	پنیر با گوجه و خیار	تخم مرغ نیمروباخيارشور	سبزی پلو با ماهی قزل و ترشی	چلو خورشت قیمه بادمجان + ماست	چلو جوجه کباب + دوغ	خوراک کوفته تبریزی + سالاد
سه شنبه	۹۷/۱۱/۰۲	پنیر با خرما و آبیوه	خوراک عدسی	چلو خورشت آلو مرغ + ماست	چلو خورشت کرفس + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ + میوه	خوراک میرزا قاسمی + سوپ + میوه
چهارشنبه	۹۷/۱۱/۰۳	حلوا شکرکی با پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو اکبر جوجه + ماست	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	کشمش پلو با گوشت + ماست	خوراک ماکارونی + سالاد
پنج شنبه	۹۷/۱۱/۰۴	—————	—————	چلو خورشت قیمه بادمجان + ماست	<b>توزیع شام همزمان با ناهار</b>	لوبیا پلو با گوشت + ماست	—————
شنبه	۹۷/۱۱/۰۶	پنیر با گوجه و خیار	تخم مرغ نیمروباخيارشور	زرشک پلو با مرغ + ماست	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	چلو خورشت قیمه بادمجان + ماست	خوراک کشک بادمجان + سوپ
یکشنبه	۹۷/۱۱/۰۷	کره با عسل و شیر	خوراک لوبیا	سبزی پلو با ماهی قزل + ترشی	خوراک شنپسل مرغ + دوغ	چلو خورشت مرغ ترش + میوه	خوراک قارچ ولوبياچيتي با پوره + میوه
دوشنبه	۹۷/۱۱/۰۸	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو کباب کوبیده + دوغ	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ماست	چلو جوجه کباب + دوغ	خوراک ماکارونی + سالاد
سه شنبه	۹۷/۱۱/۰۹	پنیر با خرما و آبیوه	خوراک عدسی	چلو خورشت قورمه سبزی + میوه	چلو اکبر جوجه + میوه	سبزی پلو با تن ماهی + ترشی	آبگوشت + سبزی خوردن
چهارشنبه	۹۷/۱۱/۱۰	پنیر با گردو	تخم مرغ نیمروباخيارشور	چلو خورشت مرغ بادمجان + ماست	چلو گوشت چرخ کرده + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ + میوه	خوراک مرغ + سوپ + میوه
پنج شنبه	۹۷/۱۱/۱۱	—————	—————	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	<b>توزیع شام همزمان با ناهار</b>	کشمش پلو با گوشت + ماست	—————
شنبه	۹۷/۱۱/۱۳	پنیر با خرما و آبیوه	تخم مرغ با پنیر	استامبولی پلو + ماست	چلو خورشت آلو مرغ + ماست	چلو جوجه کباب + دوغ + میوه	خوراک کشک بادمجان + سالاد + میوه
یکشنبه	۹۷/۱۱/۱۴	حلوا شکرکی با پنیر	تخم مرغ نیمروباخيارشور	چلو خورشت فسنگان مرغ + ماست	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی + ماست	چلو خورشت قیمه بادمجان + ماست	خوراک میرزا قاسمی + سوپ
دوشنبه	۹۷/۱۱/۱۵	کره عسل و شیر	خوراک لوبیا	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	چلو خورشت مرغ بادمجان + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ + میوه	آبگوشت + سبزی خوردن + میوه
سه شنبه	۹۷/۱۱/۱۶	پنیر و گردو	تخم مرغ با پنیر	زرشک پلو با مرغ + ماست	خوراک کوفته تبریزی + سوپ	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ماست	خوراک شامی + آش رشته
چهارشنبه	۹۷/۱۱/۱۷	کره با مربا و پنیر	خوراک عدسی	سبزی پلو با ماهی قزل + ترشی + میوه	عدس پلو با گوشت و کشمش + ماست + میوه	چلو اکبر جوجه + ماست	خوراک ماکارونی + سالاد
پنج شنبه	۹۷/۱۱/۱۸	—————	—————	چلو کباب کوبیده + دوغ	<b>توزیع شام همزمان با ناهار</b>	چلو خورشت قیمه بادمجان + ماست	—————
شنبه	۹۷/۱۱/۲۰	—————	—————	چلو خورشت مرغ ترش + ماست	<b>شهادت حضرت زهرا (س)</b>	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	<b>شهادت حضرت زهرا (س)</b>
یکشنبه	۹۷/۱۱/۲۱	کره عسل و شیر	خوراک لوبیا	کشمش پلو با گوشت + میوه	چلو خورشت آلو مرغ + میوه	چلو جوجه کباب + دوغ	آبگوشت + سبزی خوردن
دوشنبه	۹۷/۱۱/۲۲	—————	—————	چلو کباب کوبیده + دوغ	<b>یوم الله ۲۲ بهمن</b>	چلو خورشت مرغ و بادمجان + ماست	<b>یوم الله ۲۲ بهمن</b>
سه شنبه	۹۷/۱۱/۲۳	پنیر با گردو	تخم مرغ نیمروباخيارشور	سبزی پلو با ماهی قزل + ترشی	خوراک مرغ + دوغ	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + میوه	خوراک شنپسل مرغ + سوپ + میوه
چهارشنبه	۹۷/۱۱/۲۴	حلوا شکرکی با پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو اکبر جوجه + ماست	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ	خوراک ماکارونی + سالاد
پنج شنبه	۹۷/۱۱/۲۵	—————	—————	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	<b>توزیع شام همزمان با ناهار</b>	زرشک پلو با مرغ + ماست	—————
شنبه	۹۷/۱۱/۲۷	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ نیمروباخيارشور	چلو خورشت آلو مرغ + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ	سبزی پلو با تن ماهی + ترشی	خوراک شامی + آش رشته
یکشنبه	۹۷/۱۱/۲۸	پنیر با خرما و آبیوه	خوراک عدسی	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	خوراک شنپسل مرغ + دوغ	چلو جوجه کباب + دوغ + میوه	خوراک میرزا قاسمی + سوپ + میوه
دوشنبه	۹۷/۱۱/۲۹	حلواشکرکی با پنیر	تخم مرغ با پنیر	زرشک پلو با مرغ + میوه	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + میوه	عدس پلو با گوشت + ماست	خوراک ماکارونی + سالاد
سه شنبه	۹۷/۱۱/۳۰	پنیر با گردو	خوراک لوبیا	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی + ماست	چلو خورشت مرغ بادمجان + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ	خوراک کشک بادمجان + سوپ

**قابل توجه کلیه دانشجویان :** امکان تغییر و جایجایی غذاها در برنامه غذایی فوق وجود دارد — با توجه به بخت دونوع غذا در هر وعده غذایی، دانشجویان می توانند یکی از غذاها را انتخاب نمایند، در صورتیکه تعداد رزرو یکی از غذاها به حد نصاب (۵۰ نفر) نرسد آن غذا حذف و غذای دوم سرو می گردد. ضمناً هزینه آن نیز محاسبه می گردد.

