

برنامه غذای دانشجویی غذاخوری های دانشگاه مازندران — آبان ۹۷

هفته	تاریخ	صبحانه		ناهار		شام	
		نوع ۱	نوع ۲	نوع ۱	نوع ۲	نوع ۱	نوع ۲
سه شنبه	۹۷/۰۸/۰۱	پنیر با گوجه و خیار	خوراک عدسی	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	چلو خورشت آلو مرغ + ماست	کشمش پلو با گوشت + ماست + میوه	خوراک مرغ + سوپ + میوه
چهارشنبه	۹۷/۰۸/۰۲	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت کرفس + ماست	چلو خورشت مرغ فسنجان + ماست	سبزی پلو با تن ماهی + ترشی	خوراک شامی + آش رشته
پنج شنبه	۹۷/۰۸/۰۳	_____	_____	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ماست	_____	_____	_____
شنبه	۹۷/۰۸/۰۵	پنیر با گردو	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلو کباب کوبیده + دوغ	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	زرشک پلو با مرغ + ماست	خوراک شامی با آش رشته
یکشنبه	۹۷/۰۸/۰۶	پنیر با خرما و آبیوه	خوراک لوبیا	استامبولی پلو با گوشت + ماست	سبزی پلو با ماهی قزل + ترشی	چلو خورشت قیمه بادمجان + میوه	خوراک ماکارونی ب + سالاد + میوه
دو شنبه	۹۷/۰۸/۰۷	پنیر با گوجه و خیار	تخم مرغ با پنیر	کشمش پلو با گوشت با ماست و میوه	چلو خورشت مرغ ترش + میوه	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	خوراک کوفته تبریزی + سالاد
سه شنبه	۹۷/۰۸/۰۸	اوپهین هسپنچ	اوپهین هسپنچ	چلو گوشت چرخ کرده + ماست	اوپهین هسپنچ	اوپهین هسپنچ	اوپهین هسپنچ
چهارشنبه	۹۷/۰۸/۰۹	کره با مربا و پنیر	خوراک عدسی	لوبیا (سبز) پلو با گوشت + ماست	چلو اکبر جوجه + ماست	چلو خورشت مرغ بادمجان + میوه	آبگوشت با سبزی خوردن + میوه
پنج شنبه	۹۷/۰۸/۱۰	_____	_____	چلو خورشت آلو مرغ + ماست	_____	_____	_____
شنبه	۹۷/۰۸/۱۲	کره با عسل و شیر	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلو خورشت قیمه بادمجان + میوه	زرشک پلو با مرغ + میوه	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی + ماست	خوراک مرغ سوخاری + سوپ
یکشنبه	۹۷/۰۸/۱۳	پنیر با گردو	خوراک لوبیا	کشمش پلو با گوشت + ماست	چلو خورشت مرغ فسنجان + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ	آبگوشت + سبزی خوردن
دو شنبه	۹۷/۰۸/۱۴	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	شوید پلو با مرغ + ماست	چلو جوجه کباب + میوه	خوراک میرزا قاسمی + سالاد + میوه
سه شنبه	۹۷/۰۸/۱۵	حلواشکری با پنیر	خوراک عدسی	چلو کباب کوبیده + دوغ	چلو خورشت مرغ بادمجان + ماست	سبزی پلو با تن ماهی + ترشی	خوراک شنیسل مرغ + سوپ
چهارشنبه	۹۷/۰۸/۱۶	رکلت هکرت رسول (ص)	رکلت هکرت رسول (ص)	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ماست	رکلت هکرت رسول (ص)	رکلت هکرت رسول (ص)	رکلت هکرت رسول (ص)
پنج شنبه	۹۷/۰۸/۱۷	شاهات اجام رکا (چ)	شاهات اجام رکا (چ)	چلو گوشت چرخ کرده + ماست	شاهات اجام رکا (چ)	شاهات اجام رکا (چ)	شاهات اجام رکا (چ)
شنبه	۹۷/۰۸/۱۹	پنیر با خرما و آبیوه	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلو خورشت قیمه بادمجان + ماست	سبزی پلو با ماهی قزل + ترشی	چلو جوجه کباب + میوه	خوراک قارچ ولوبیاچیتی با پوره + میوه
یکشنبه	۹۷/۰۸/۲۰	پنیر با گوجه و خیار	خوراک عدسی	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی + ماست + میوه	چلو اکبر جوجه + میوه	چلو خورشت مرغ بادمجان + ماست	خوراک شامی + آش رشته
دو شنبه	۹۷/۰۸/۲۱	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ	شوید پلو با مرغ + ماست	خوراک کوفته تبریزی + سالاد
سه شنبه	۹۷/۰۸/۲۲	پنیر با گردو	خوراک لوبیا	زرشک پلو با مرغ + ماست	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ماست	چلو اکبر جوجه + میوه	کشک بادمجان + سالاد + میوه
چهارشنبه	۹۷/۰۸/۲۳	کره با عسل و شیر	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	عدس پلو با گوشت و کشمش + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ	خوراک میرزا قاسمی + سالاد
پنج شنبه	۹۷/۰۸/۲۴	_____	_____	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی + ماست	_____	_____	_____
شنبه	۹۷/۰۸/۲۶	پنیر با گوجه و خیار	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	زرشک پلو با مرغ + ماست	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	چلو خورشت قیمه سیب زمینی + ماست	آبگوشت + سبزی خوردن
یکشنبه	۹۷/۰۸/۲۷	حلواشکری با پنیر	خوراک لوبیا	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی + ماست	چلو خورشت آلو اسفنا مرغ + ماست	سبزی پلو با تن ماهی با ترشی + میوه	خوراک کوفته تبریزی + سالاد + میوه
دو شنبه	۹۷/۰۸/۲۸	پنیر با گردو	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت قیمه سیب زمینی ب + میوه	لوبیا (سبز) پلو با گوشت + ماست + میوه	چلو جوجه کباب + دوغ	خوراک کشک بادمجان + سالاد
سه شنبه	۹۷/۰۸/۲۹	پنیر با خرما و آبیوه	خوراک عدسی	استامبولی پلو با گوشت + ماست	سبزی پلو با ماهی قزل + ترشی	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی + ماست	خوراک مرغ + سوپ
چهارشنبه	۹۷/۰۸/۳۰	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	کشمش پلو با گوشت + ماست	زرشک پلو با مرغ + ماست	چلو کباب کوبیده با دوغ و میوه	خوراک لوبیا سبز با سیب زمینی و میوه

قابل توجه کلیه دانشجویان : امکان تغییر و جابجایی 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 پرس) نرسد آن غذا

اداره تغذیه دانشگاه

حذف و غذای دوم سرو می گردد. ضمناً هزینه آن نیز محاسبه می گردد.