

برنامه غذای دانشجویی غذاخوریهای دانشگاه مازندران — دی ۹۷

ایام هفته	تاریخ	صبحانه		ناهار		شام	
		نوع ۱	نوع ۲	نوع ۱	نوع ۲	نوع ۱	نوع ۲
شنبه	۹۷/۱۰/۰۱	پنیر با خرما و آیمیه	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلوخورشت قیمه سیب زمینی + ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ	زرشک پلو با مرغ + ماست	خوراک میزاقاسمی + سالاد
یکشنبه	۹۷/۱۰/۰۲	حلواشکری با پنیر	خوراک لوبیا	چلو خورشت مرغ فسنجان+ ماست	عدس پلو باگوشت وکشمش + ماست	چلوخورشت قورمه سبزی + میوه	خوراک مرغ سوخاری باسوپ+ میوه
دوشنبه	۹۷/۱۰/۰۳	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت مرغ ترش + میوه	چلوخورشت قیمه بادمجان + میوه	چلو کباب کوبیده + دوغ	خوراک کشک بادمجان باسالاد
سه شنبه	۹۷/۱۰/۰۴	پنیر با گردو	خوراک عدسی	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	خوراک ناگت مرغ + دوغ	چلو جوجه کباب+ دوغ	آبگوشت با سبزی خوردن
چهارشنبه	۹۷/۱۰/۰۵	کره با عسل و شیر	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	لوبیا پلو با گوشت + ماست	چلو اکبر جوجه + ماست	سبزی پلو با تن ماهی با ترشی+ میوه	خوراک ماکارونی باسالاد+ میوه
پنج شنبه	۹۷/۱۰/۰۶	_____	_____	زرشک پلو با مرغ + ماست	توزیع شام همزمان با ناهار	چلو خورشت قیمه سیب زمینی+ ماست	_____
شنبه	۹۷/۱۰/۰۸	پنیر با گردو	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت آلو مرغ + ماست	استامبولی پلو + ماست	چلو خورشت قورمه سبزی+ میوه	خوراک شامی با آش رشته+ میوه
یکشنبه	۹۷/۱۰/۰۹	پنیر با گوجه و خیار	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلو خورشت قیمه سیب زمینی	چلو خورشت مرغ بادمجان +ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ	خوراک شنیسل مرغ +سوپ
دوشنبه	۹۷/۱۰/۱۰	کره با عسل و شیر	خوراک لوبیا	زرشک پلو با مرغ + ماست	چلو کباب کوبیده+ دوغ	چلو اکبر جوجه+ ماست	خوراک کشک بادمجان با سالاد
سه شنبه	۹۷/۱۰/۱۱	پنیر با خرما و آیمیه	تخم مرغ با پنیر	چلوخورشت مرغ ترش + میوه	لوبیا پلو با گوشت + ماست + میوه	چلو جوجه کباب+ دوغ	آبگوشت با سبزی خوردن
چهارشنبه	۹۷/۱۰/۱۲	حلواشکری با پنیر	خوراک عدسی	سبزی پلو با ماهی قزل + ترشی	عدس پلو با گوشت و کشمش+ ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ + میوه	خوراک ناگت مرغ با سوپ + میوه
پنج شنبه	۹۷/۱۰/۱۳	_____	_____	چلو خورشت قیمه سیب زمینی+ ماست	توزیع شام همزمان با ناهار	زرشک پلو با مرغ + ماست	_____
جمعه	۹۷/۱۰/۱۴	_____	_____	چلو اکبر جوجه + ماست	توزیع شام همزمان با ناهار	چلو کباب کوبیده + ماست	_____
شنبه	۹۷/۱۰/۱۵	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت مرغ بادمجان + ماست	چلوخورشت قورمه سبزی+ ماست	چلو جوجه کباب + دوغ	خوراک کو سیب زمینی + سالاد
یکشنبه	۹۷/۱۰/۱۶	کره با عسل و شیر	خوراک لوبیا	چلو کباب کوبیده + دوغ	چلوخورشت قیمه سیب زمینی + ماست	سبزی پلو با تن ماهی و ترشی+ میوه	خوراک کوفته تبریزی با سالاد+ میوه
دوشنبه	۹۷/۱۰/۱۷	پنیر با گردو	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلو خورشت مرغ فسنجان + ماست	عدس پلو با گوشت و کشمش + ماست	چلو خورشت قورمه سبزی+ ماست	آبگوشت با سبزی خوردن
سه شنبه	۹۷/۱۰/۱۸	پنیر با خرما و آیمیه	خوراک عدسی	زرشک پلو با مرغ + ماست	چلو کباب کوبیده+ دوغ	شوید پلو با مرغ + میوه	خوراک ماکارونی+ سالاد+ میوه
چهارشنبه	۹۷/۱۰/۱۹	پنیر با گوجه و خیار	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت قیمه بادمجان+ میوه	خوراک شنیسل مرغ+ میوه	لوبیا پلو با گوشت+ ماست	خوراک کشک بادمجان + سالاد
پنج شنبه	۹۷/۱۰/۲۰	_____	_____	چلو خورشت آلو مرغ + ماست	توزیع شام همزمان با ناهار	خوراک قارچ و لوبیا با پوره سیب زمینی	_____
جمعه	۹۷/۱۰/۲۱	_____	_____	چلو خورشت قورمه سبزی + ماست	توزیع شام همزمان با ناهار	چلو اکبر جوجه+ ماست	_____
شنبه	۹۷/۱۰/۲۲	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلوخورشت قیمه سیب ز مینی + میوه	چلو کباب کوبیده + دوغ + میوه	زرشک پلو با مرغ + ماست	خوراک شامی با آش رشته
یکشنبه	۹۷/۱۰/۲۳	پنیر با خرما و آیمیه	تخم مرغ با پنیر	سبزی پلو با ماهی قزل با ترشی	چلو خورشت مرغ بادمجان + ماست	چلوخورشت قورمه سبزی + ماست	آبگوشت با سبزی خوردن
دوشنبه	۹۷/۱۰/۲۴	حلواشکری با پنیر	خوراک لوبیا	چلو اکبر جوجه + ماست	چلوخورشت کرفس+ ماست	چلو خورشت مرغ بادمجان + میوه	خوراک لوبیا سبز با سیب ز مینی+ میوه
سه شنبه	۹۷/۱۰/۲۵	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت آلو مرغ+ ماست	چلو خورشت قیمه سیب زمینی+ ماست	چلو جوجه کباب + دوغ	خوراک قارچ و لوبیا با پوره سیب زمینی
چهارشنبه	۹۷/۱۰/۲۶	پنیر با گردو	خوراک عدسی	عدس پلو با گوشت + ماست	چلوخورشت قورمه سبزی+ ماست	چلو کباب کوبیده + دوغ + میوه	خوراک ماکارونی+ سالاد+ میوه
پنج شنبه	۹۷/۱۰/۲۷	_____	_____	لوبیا پلو با گوشت+ ماست	توزیع شام همزمان با ناهار	چلو اکبر جوجه+ ماست	_____
شنبه	۹۷/۱۰/۲۹	حلواشکری با پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت مرغ بادمجان + ماست	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی+ ماست	چلوخورشت قیمه سیب زمینی + ماست	خوراک کشک بادمجان +سالاد
یکشنبه	۹۷/۱۰/۳۰	کره با مربا و پنیر	خوراک لوبیا	چلو خورشت قورمه سبزی+ میوه	زرشک پلو با مرغ + میوه	کشمش پلو با گوشت+ ماست	خوراک شنیسل مرغ + سوپ

قابل توجه کلیه دانشجویان : امکان تغییر و جابجایی غذاها در برنامه غذایی فوق وجود دارد - با توجه به پخت 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 (۵۰پرس) نرسد آن غذا حذف و غذای دوم سرو می گردد. ضمناً هزینه آن نیز محاسبه می گردد.