

برنامه غذای غذاخوری های دانشجویی دانشگاه مازندران — فروردین ۹۷

ایام هفته	تاریخ	صبحانه		ناهار		شام	
		نوع ۱	نوع ۲	نوع ۱	نوع ۲	نوع ۱	نوع ۲
سه شنبه	۹۷/۱/۱۴	پنیر با گردو	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلو کباب کوبیده با دوغ	زرشک پلو با مرغ با ماست	چلو خورشت قیمه سیب زمینی با ماست	خوراک شنیسل مرغ با سوپ
چهارشنبه	۹۷/۱/۱۵	کره با عسل و شیر	خوراک لوبیا	چلو خورشت آلو مرغ و میوه	چلو خورشت قورمه سبزی با میوه	چلو جوجه کباب با دوغ	آبگوشت با سبزی خوردن
پنج شنبه	۹۷/۱/۱۶	_____	_____	چلو خورشت قیمه بادمجان با ماست	_____	_____	_____
شنبه	۹۷/۱/۱۸	پنیر با خرما و آبمیوه	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلو خورشت مرغ ترش با ماست	چلو کباب کوبیده با دوغ	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی با ماست و میوه	خوراک شنیسل مرغ با سوپ و میوه
یکشنبه	۹۷/۱/۱۹	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت قیمه بادمجان با میوه	عدس پلو با گوشت و کشمش با ماست و میوه	چلو جوجه کباب با دوغ	خوراک کشک بادمجان با سالاد
دوشنبه	۹۷/۱/۲۰	حلواشکری با پنیر	خوراک لوبیا	چلو خورشت مرغ فسنجان با ماست	کشمش پلو با گوشت با ماست	شوید پلو با مرغ و میوه	آبگوشت با سبزی خوردن و میوه
سه شنبه	۹۷/۱/۲۱	کره با عسل و شیر	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	سبزی پلو با ماهی قزل و ترشی	چلو خورشت قیمه سیب زمینی با ماست	چلو کباب کوبیده با دوغ	خوراک مرغ با سوپ
چهارشنبه	۹۷/۱/۲۲	پنیر با گوجه و خیار	خوراک عدسی	چلو خورشت آلو مرغ با میوه	چلو خورشت قورمه سبزی با میوه	سبزی پلو با تن ماهی و ترشی	خوراک ماکارونی با سالاد
پنج شنبه	۹۷/۱/۲۳	_____	_____	چلو اکبر جوجه با ماست	_____	_____	_____
شنبه	۹۷/۱/۲۵	_____	_____	زرشک پلو با مرغ و میوه	_____	چلو کباب کوبیده با دوغ	_____
یکشنبه	۹۷/۱/۲۶	کره با عسل و شیر	خوراک لوبیا	سبزی پلو با ماهی قزل و ترشی	چلو خورشت قیمه سیب زمینی با ماست	کشمش پلو با گوشت با ماست و میوه	آبگوشت با سبزی خوردن و میوه
دوشنبه	۹۷/۱/۲۷	پنیر با خرما و آبمیوه	تخم مرغ نیمرو با خیارشور	چلو اکبر جوجه با ماست	چلو خورشت قورمه سبزی با ماست	سبزی پلو با تن ماهی و ترشی	خوراک ماکارونی با سالاد
سه شنبه	۹۷/۱/۲۸	حلواشکری با پنیر	خوراک عدسی	چلو کباب کوبیده با دوغ و میوه	چلو گوشت چرخ کرده با سیب زمینی با ماست و میوه	چلو جوجه کباب با دوغ	خوراک میرزا قاسمی با سالاد
چهارشنبه	۹۷/۱/۲۹	کره با مربا و پنیر	تخم مرغ با پنیر	چلو خورشت آلو مرغ با ماست	چلو خورشت قیمه بادمجان با ماست	استامبولی پلو با ماست و میوه	خوراک شامی با آش رشته با میوه
پنج شنبه	۹۷/۱/۳۰	_____	_____	چلو خورشت قورمه سبزی با ماست	_____	_____	_____

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

اداره تغذیه دانشگاه