

*** برنامه غذایی اساتید و کارکنان دانشگاه مازندران — دی 96 ***

ایام هفته	تاریخ	غذای نوع 3	غذای نوع 4	غذای نوع 5	غذای نوع 6
شنبه	96/10/02	چلوخورشت قیمه سیب زمینی با ماست	چلو کباب کوبیده با دوغ	زرشک پلو با مرغ با ماست	خوراک میرزا قاسمی با سالاد
یکشنبه	96/10/03	سبزی پلو با ماهی قزل با ترشی و میوه	عدس پلو با گوشت و کشمش با ماست و میوه	چلوخورشت قورمه سبزی با میوه	خوراک مرغ سوخاری با سوپ و میوه
دوشنبه	96/10/04	چلو خورشت مرغ ترش با ماست	چلوخورشت قیمه بادمجان با ماست	چلو کباب کوبیده با دوغ	خوراک کشک بادمجان با سالاد
سه شنبه	96/10/05	چلو خورشت قورمه سبزی با میوه	استامبولی پلو با ماست و میوه	چلو جوجه کباب با میوه	آبگوشت با سبزی خوردن و میوه
چهارشنبه	96/10/06	کشمش پلو با گوشت با ماست	چلو اکبر جوجه با ماست	سبزی پلو با ماهی با ماهی قزل و ترشی	خوراک ماکارونی با سالاد
شنبه	96/10/09	چلو خورشت آلو مرغ با ماست	چلوخورشت قورمه سبزی با ماست	چلو خورشت قیمه سیب زمینی با ماست	خوراک شامی با آش رشته
یکشنبه	96/10/10	کشمش پلو با گوشت با ماست	سبزی پلو با ماهی قزل با ترشی	چلو خورشت مرغ بادمجان با ماست	خوراک قارچ و لوبیا با پوره سیب زمینی
دوشنبه	96/10/11	چلو کباب کوبیده با دوغ و میوه	چلو خورشت کرفس با میوه	چلوخورشت قورمه سبزی با میوه	خوراک کشک بادمجان با سالاد و میوه
سه شنبه	96/10/12	چلوخورشت مرغ ترش با ماست	چلو خورشت فسنجان گوشت با ماست	چلو اکبر جوجه با ماست	آبگوشت با سبزی خوردن
چهارشنبه	96/10/13	چلوخورشت قیمه سیب زمینی با میوه	استامبولی پلو با ماست و میوه	چلو کباب کوبیده با دوغ و میوه	خوراک ناگت مرغ با سوپ و میوه
شنبه	96/10/16	چلو خورشت مرغ بادمجان با میوه	چلوخورشت قورمه سبزی با میوه	چلو جوجه کباب با میوه	خوراک ماکارونی با سالاد و میوه
یکشنبه	96/10/17	چلو کباب کوبیده با دوغ	چلوخورشت قیمه سیب زمینی با ماست	زرشک پلو با مرغ با ماست	خوراک کوفته تبریزی با سالاد
دوشنبه	96/10/18	چلو خورشت مرغ فسنجان با ماست	کشمش پلو با گوشت با ماست	چلو کباب کوبیده با دوغ	آبگوشت با سبزی خوردن
سه شنبه	96/10/19	چلوخورشت قیمه بادمجان با میوه	چلو کباب کوبیده با دوغ و میوه	شوید پلو با مرغ با میوه	خوراک میرزا قاسمی با سوپ و میوه
چهارشنبه	96/10/20	سبزی پلو با ماهی قزل و ترشی	استامبولی پلو با ماست	چلو خورشت قورمه سبزی با ماست	خوراک کشک بادمجان با سالاد
شنبه	96/10/23	چلوخورشت قیمه بادمجان با ماست	چلو کباب کوبیده با دوغ	چلو خورشت مرغ فسنجان با ماست	خوراک شامی با آش رشته
یکشنبه	96/10/24	سبزی پلو با ماهی قزل با ترشی و میوه	چلو خورشت مرغ بادمجان با میوه	چلوخورشت قورمه سبزی با میوه	آبگوشت با سبزی خوردن و میوه
دوشنبه	96/10/25	چلو اکبر جوجه با ماست	چلوخورشت کرفس با ماست	چلو خورشت مرغ بادمجان با ماست	خوراک کشک بادمجان با سالاد
سه شنبه	96/10/26	چلو خورشت آلو مرغ با ماست	چلو خورشت قیمه سیب زمینی با ماست	چلو جوجه کباب با دوغ	خوراک قارچ و لوبیا با پوره سیب زمینی
چهارشنبه	96/10/27	کشمش پلو با گوشت با ماست و میوه	چلوخورشت قورمه سبزی با میوه	چلو کباب کوبیده با دوغ و میوه	خوراک ماکارونی با سالاد و میوه
شنبه	96/10/30	چلو خورشت مرغ فسنجان با ماست	عدس پلو با گوشت و کشمش با ماست	چلوخورشت قیمه بادمجان با ماست	خوراک کشک بادمجان با سالاد

اداره تغذیه دانشگاه

قابل توجه همکاران گرامی: در صورت ایجاد شرایط پیش بینی نشده، امکان تغییر و جابجایی غذاها در برنامه غذایی مذکور وجود خواهد داشت.