

منوی ناهار دی ماه

چهارشنبه	سه شنبه	دوشنبه	یکشنبه	شنبه	
عدس پلو + کشمش + ماست	ماکارونی + سالاد کاهو	خورشت قیمه + میوه	کتلت + سوپ (خیارشور + کاهو)	جوجه کباب + نوشیدنی	هفته اول
قورمه سبزی + ژله بستنی	برگر ذغالی + نوشیدنی	سبزی پلو + گوشت + ژله	آبگوشت + سبزی + دوغ	کباب کوبیده + نوشیدنی	هفته دوم
استامبولی پلو + سالاد شیرازی	خوراک مرغ با لوبیا + ژله	کرفس + میوه	ماکارونی + سالاد کاهو	زرشک پلو با مرغ + نوشیدنی	هفته سوم
لوبیا پلو + سالاد شیرازی	الویه + سن ایچ	فسنجان + میوه	پیتزا + نوشیدنی	سبزی پلو + مرغ + ژله	هفته چهارم

میان وعده ها

چهارشنبه	دو شنبه	شنبه	
فلافل	آش	املت	هفته اول
عدسی	املت	ذرت مکزیکی	هفته دوم
آش	لبو	فلافل	هفته سوم
املت	ذرت مکزیکی	عدسی	هفته چهارم