



برنامه غذایی ماهانه مجتمع آموزشی هوشمند ابوعلی سینا سال تحصیلی ۹۸-۹۷
 کلیه محصولات با نظارت کارشناسان ارشد بهداشت مجتمع ابوعلی سینا تهیه و توزیع می شود.

www.Aboualinasch.ir



| | | |
|-----------------|-----------------------|----------|
| شنبه ۲۹ دی | پاستا | هفته دوم |
| یکشنبه ۳۰ دی | عدس پلو با ماست | |
| دوشنبه ۱ بهمن | چلوخورشت قیمه بادمجان | |
| سه شنبه ۲ بهمن | چلوجوجه کباب | |
| چهارشنبه ۳ بهمن | پیتزا | |

| | | |
|------------------|-------------------------|------------|
| شنبه ۱۳ بهمن | ساندویچ همبرگر | هفته چهارم |
| یکشنبه ۱۴ بهمن | چلوخورشت قیمه سیب زمینی | |
| دوشنبه ۱۵ بهمن | پیتزا | |
| سه شنبه ۱۶ بهمن | لوبیا پلو با ماست | |
| چهارشنبه ۱۷ بهمن | شنیسل مرغ | |

| | | |
|----------------|----------------------------------|----------|
| شنبه ۲۲ دی | شنیسل مرغ | هفته اول |
| یکشنبه ۲۳ دی | گوشت چرخ کرده و سیب زمینی با پلو | |
| دوشنبه ۲۴ دی | چلوکباب کوبیده | |
| سه شنبه ۲۵ دی | سالاد الویه | |
| چهارشنبه ۲۶ دی | چلو خورشت قرمه سبزی | |

| | | |
|------------------|--------------------|----------|
| شنبه ۶ بهمن | لازانيا | هفته سوم |
| یکشنبه ۷ بهمن | چلوخورشت قرمه سبزی | |
| دوشنبه ۸ بهمن | همبرگر | |
| سه شنبه ۹ بهمن | زرشک پلو با مرغ | |
| چهارشنبه ۱۰ بهمن | لوبیا پلو با ماست | |

مجتمع آموزشی ابو علی سینا با محصولات زیر همه روزه در بخش آشپزخانه آماده پذیرائی از فرزندان عزیزتان می باشد

● پیتزا مرغ وقارچ (سینه مرغ ، قارچ ، ذرت ، فلفل دلمه ، پنیر موتزارلا)

● پیتزا گوشت وقارچ (گوشت چرخ کرده سردست گوساله ، قارچ ، ذرت ، فلفل دلمه ، پنیر موتزارلا)

● همبرگر وچیز برگر (گوشت تازه سردست گوساله به صورت کبابی)

● شنیسل مرغ (شنیسل به صورت گریل وبدون سرخ شدن وروغن با دور چین خیار شور ، گوجه فرنگی ، زیتون وسس کچاپ بایک قطعه نام باکت)

● سوپر سالاد (ناکت گریل شده ، زیتون ، جوانه گندم وماش ، لیموترش ، کاهو ، گوجه ،خیار ، هویج)

● سوپ جو (آب مرغ ، جوپرک ، هویج،پنیر،خامه،یک قطعه نان باکت)

● آب پرتقال طبیعی ● آب انار طبیعی ● انار دانه شده لیوانی

