

روز	تاریخ	نوع اول (چلوپی)	نوع دوم (خوراک ها)	نوع سوم (سالادهای رژیمی)	نوع چهارم (ساندویچ)	نوع پنجم (PRO)	شرکت سلامت پخت پایتخت		
							برنامه غذایی اردیبهشت ۱۴۰۴	کد فرم: SP-F-MS-۰۰۲-۰۰۰	
دوشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۰۱	رنگین پلو + ماست و خیار	لازانيا گوشت	سالاد توستادا	ساندویچ زامبون مرغ	چلو کباب لقمه نگینی	ماست و خیار	همراه غذا	
سه شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۰۲	چلو خورش مسما بادمجان با گوشت	خوراک شاورما مرغ	سالاد چی پانانا	ساندویچ چیکن اسموکی	ته چین مرغ	سالاد اندونزی		
چهارشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۰۳	ماکارونی پیچی + سالاد شیرازی	خوراک شنیتسل مرغ + دورچین	سالاد کاپز چاپز	ساندویچ مرغ و گشنیز	اکبر جوجه	سالاد شیرازی		
پنج شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۰۴	چلو کباب کوبیده - چلو جوجه کباب							
جمعه	۱۴۰۴/۰۲/۰۵	چلو کباب کوبیده - چلو جوجه کباب							
شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۰۶	چلو خورش قیمه سبب زمینی	خوراک کوکو سبب زمینی + دورچین	سالاد مخصوص نارجه	ساندویچ مرغ با سس خامه و پیازچه	چلو کباب بختیاری	سالاد فصل		
یکشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۰۷	لوبیا پلو + سالاد شیرازی	چیکن چاومین با پوره سبب زمینی	سالاد مدی استیک	ساندویچ زامبون گوشت	سبزی پلو با ماهی قزل آلا	سالاد شیرازی		
دوشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۰۸	چلو جوجه کباب سینه	کشک بادمجان + شور	سالاد تاي	ساندویچ چیز برگر	چلو خورش قیمه نثار	شور		
سه شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۰۹	چلو خورش کرفس	خوراک فیله مرغ ایتالیایی + دورچین	سالاد سزار	ساندویچ چیکن فاهیتا	چلو جوجه کباب ران	بورانی بادمجان		
چهارشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۱۰	زرشک پلو با مرغ	شامی گوشت + دورچین	سالاد چاینیز	ساندویچ مرغ هالوپینو	چلو خورش خلال کرمانشاه	ماست و خیار		
پنج شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۱۱	چلو جوجه کباب سالسا - ساندویچ کوکتل با قارچ و پنیر							
جمعه	۱۴۰۴/۰۲/۱۲	چلو کباب کوبیده - چلو جوجه کباب							
شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۱۳	چلو خورش قرمه سبزی	خوراک فریتاتا + دورچین	سالاد کاکا	ساندویچ مرغ و گردو	چلو جوجه کباب با استخوان	سالاد شیرازی		
یکشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۱۴	چلو کباب کوبیده	خوراک سوسیس سبب زمینی + دورچین	سالاد مرغ و قیصی	ساندویچ فیله مرغ گریل	مرصع پلو با مرغ	سالاد فصل		
دوشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۱۵	استانبولی پلو + سالاد شیرازی	کوردن پلو + دورچین	سالاد سزار	ساندویچ زامبون بوقلمون	چلو گوشت گوساله (۲۵۰ گرم ماهیچه گوساله)	سالاد شیرازی		
سه شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۱۶	چلو خورش فسنجان با مرغ تکه ای	خوراک دلمه فلفل بادمجان	سالاد هوموس	ساندویچ چیکن زینگر	چلو کباب قفقازی	ترشی		
چهارشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۱۷	عدس پلو + ماست و خیار	خوراک سالاد الویه + دورچین	بشقاب سبزیجات	ساندویچ مرغ پاریکا	زرشک پلو با مرغ	ماست و خیار		
پنج شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۱۸	شویدپلو با مرغ تکه ای + ماست خیار	ساندویچ سوسیس بندری						
جمعه	۱۴۰۴/۰۲/۱۹	چلو کباب کوبیده - چلو جوجه کباب							
شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۲۰	چلو جوجه ماسالا	خوراک کوفته تبریزی	سالاد مخصوص نارجه	ساندویچ چیکن گاردن	آلبالو پلو با گوشت قلقلی	ماست و خیار		
یکشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۲۱	چلو خورش قیمه بادمجان	خوراک کوکو کدو + دورچین	سالاد منگوستین	ساندویچ زامبون زیگو	چلو اکبر جوجه	ماست موسیر		
دوشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۲۲	چلو کباب تابه ای	میرزا قاسمی + شور	سالاد سزار	ساندویچ چیکن پستو ملاتزانه	چلو جوجه کباب ترش	سالاد فصل		
سه شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۲۳	هویج پلو + سالاد شیرازی	لازانيا گوشت	سالاد سبز	ساندویچ مرغ و گردو	چلو خورش فسنجان با گوشت قلقلی	ماست موسیر		
چهارشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۲۴	باقلا پلو با مرغ	خوراک راگو با گوشت + بورانی اسفناج	سالاد آروگولا	ساندویچ ماشروم برگر	چلو خورش قیمه نثار	سالاد فصل		
پنج شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۲۵	چلو خورش الو اسفناج - ساندویچ زامبون تنوری با قارچ و پنیر							
جمعه	۱۴۰۴/۰۲/۲۶	چلو کباب کوبیده - چلو جوجه کباب							
شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۲۷	چلو جوجه کباب لاری ران	خوراک کوکو سبزی + دورچین	سالاد گریک	ساندویچ مرغ و گشنیز	ته چین مرغ و بادمجان	بورانی بادمجان		
یکشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۲۸	رشته پلو با گوشت + ماست و خیار	فاهیتای مرغ + دورچین	سالاد سی جوآن	ساندویچ بلک چیکن	چلو کباب اسکالوپ مرغ	ماست و خیار		
دوشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۲۹	چلو خورش هویج با مرغ تکه ای	خوراک موساکا + دورچین	سالاد سزار	ساندویچ سینه مرغ گریل	چلو کباب برگ	سالاد فصل		
سه شنبه	۱۴۰۴/۰۲/۳۰	سبزی پلو با تن ماهی + ترشی	بادمجان شکم پر + سالاد اندونزی	سالاد پرشین	ساندویچ اسپیشیال وان	چلو خورش قیمه نثار	ترشی		
چهارشنبه	۱۴۰۴/۰۲/۳۱	چلو خورش قرمه سبزی	پاستا بوسکایولا	سالاد بینات ماشروم	ساندویچ مرغ هالوپینو	چلو جوجه کباب فیله حلزونی	سالاد شیرازی		