



برنامه‌ی غذایی و میان وعده‌ها

والدین محترم

باسلام و آرزوی بهترین‌ها

با احترام بدین وسیله برنامه‌ی غذایی و تغذیه‌ی دانش آموزان عزیزمان در دی ماه به منظور ایجاد هماهنگی‌های لازم به اطلاع می‌رسد.

پیروز و سلامت باشید

پیش دبستان و دبستان غیردولتی نسیم دانایی

روز	تاریخ	میان وعده ی اول	ناهار	میان وعده ی دوم
شنبه	۱۴۰۱/۱۰/۰۳	نان و پنیر - کره و مربا - چای	ماکارونی - سوپ	سیب
یکشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۰۴	ساندویچ تخم‌مرغ- نان و پنیر- چای	چلو جوجه کباب - دوغ	بادام هندی
دوشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۰۵	نان و پنیر و گردو - شیر	چلو خورشت قورمه سبزی - ماست	موز
چهارشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۰۷	نان و پنیر- حلواشکری و کره- چای	فیله سوخاری - دوغ	نارنگی
شنبه	۱۴۰۱/۱۰/۱۰	نان و پنیر - کره و عسل - چای	عدس‌پلو با گوشت و کشمش- ماست	موز
یکشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۱۱	عدسی - نان و پنیر	چلوکباب کوبیده - دوغ	نخودچی و کشمش
دوشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۱۲	پوره سیب‌زمینی - نان و پنیر - چای	لوبیا پلو - سالاد شیرازی	سیب
سه‌شنبه	۱۴۰۱/۱۰/۱۳	شیرکاکائو - کیک یزدی	چلوخورشت قیمه - ماست و خیار	پسته
چهارشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۱۴	نان و پنیر و گردو - شیر	چلو جوجه کباب - دوغ	نارنگی
شنبه	۱۴۰۱/۱۰/۱۷	نان و پنیر - کره و مربا - چای	ماکارونی - سوپ	سیب
یکشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۱۸	لوبیا - نان و پنیر	چلوکباب کوبیده - دوغ	مغز بادام
دوشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۱۹	ساندویچ تخم‌مرغ - نان و پنیر- چای	چلوخورشت قورمه سبزی - ماست	نارنگی
سه‌شنبه	۱۴۰۱/۱۰/۲۰	نان و پنیر و گردو - شیر	ساندویچ کتلت - دوغ	آجیل شیرین
چهارشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۲۱	نان و پنیر- کره و حلواشکری - چای	سبزی پلو با ماهی - ژله	موز
شنبه	۱۴۰۱/۱۰/۲۴	نان و پنیر - کره و عسل - چای	عدس‌پلو با گوشت و کشمش- ماست	نارنگی
یکشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۲۵	عدسی - نان و پنیر	چلو جوجه کباب - دوغ	مغز تخمه آفتابگردان
دوشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۲۶	نان و پنیر- کره و حلواشکری - چای	استانبولی پلو - سالاد شیرازی	سیب
سه‌شنبه	۱۴۰۱/۱۰/۲۷	نان و پنیر و گردو - شیر	چلوخورشت قیمه - ماست و خیار	بادام هندی
چهارشنبه	۱۴۰۱/۱۰/۲۸	پوره سیب‌زمینی - نان و پنیر - چای	خوراک مرغ - دوغ	موز