



برنامه غذایی مهد کودک و پیش دبستانی لبخند گلها مهر ۹۹



وعده های غذایی	شنبه ها	یکشنبه ها	دو شنبه ها	سه شنبه ها	چهار شنبه ها
صبحانه ها	تخم مرغ آبپز	کره+مربا+نان	نیمرو	نان +پنیر+کنجد+چای	املت +نان+چای
میان وعده های صبح	فرنی با عسل	سبزیجات پخته	میوه فصل	سوپ ورمیشل	کاچی
ناهار	هفته اول	پلوزعفرونی +مرغ	ماکارونی+سالاد	آش برنج	ساندویچ کوکو سبزی+گوجه
	هفته دوم	ساندویچ کوکوسیب زمینی	قرمه سبزی+ماست	ماکارونی+سالاد	عدس پلو +ماست
	هفته سوم	ماکارونی +سالاد کاهو	رشته پلو با مرغ+ماست	آش رشته	خورشت کدو با ماست
	هفته چهارم	سبزی پلو +کوکوسبزی	ساندویچ گل کلم	ماکارونی	هویج پلو با مرغ
	هفته پنجم	تعطیل رسمی	ماکارونی+سالاد	خورشت قیمه	ساندویچ مرغ
میان وعده عصر	چهار مغز	شیر و کیک خانگی	پفیلا یا ذرت	میوه +شیر	خوراکی آزاد