

برنامه تغذیه شیفت صبح ترم نهم (۲۷ آبان الی ۲۲ آذر) مؤسسه ماه روشن

تاریخ	ایام هفته	میان وعده اول	میان وعده دوم	میان وعده سوم
۰۸/۲۷	شنبه	نان کره بادام زمینی ، عسل	دمنوش آبلیمو عسل	دلخواه و سالم
۰۸/۲۸	یکشنبه	نان پنیر گردو	خشکیار	پلو قرمه سبزی
۰۸/۲۹	دوشنبه	عدسی	میوه خرد شده	سیب زمینی سرخ کرده
۰۸/۳۰	سه شنبه روز اسباب بازی	تخم مرغ آب پز با زیتون	پاپ کورن خانگی	دلخواه و سالم
۰۹/۰۱	چهارشنبه	نان حلوا ارده	سبزیجات	ماش پلو با ماست
۰۹/۰۴	شنبه	نان و ارده و سه شیره (توت ، خرما ، انگور)	آب هویج	دلخواه و سالم
۰۹/۰۵	یکشنبه	کیک خانگی با شیر	پاپ کورن خانگی	عدسی
۰۹/۰۶	دوشنبه	نان پنیر کنجد	میوه خرد شده	دمپختک
۰۹/۰۷	سه شنبه روز اسباب بازی	نیمرو	خشکیار	ساندویچ کباب تابه ای
۰۹/۰۸	چهارشنبه	دلخواه و سالم	مغزجات	زرشک پلو با مرغ
۰۹/۱۱	شنبه	املت	میوه خرد شده	دلخواه و سالم
۰۹/۱۲	یکشنبه	نان پنیر و سبزی	مغزجات	زرشک پلو با مرغ
۰۹/۱۳	دوشنبه	نان حلوا ارده	میوه خرد شده	خوراک سبزیجات
۰۹/۱۴	سه شنبه روز اسباب بازی	شکلات صبحانه	آب هویج	دلخواه و سالم
۰۹/۱۵	چهارشنبه	نان خامه و عسل	خشکیار	توپک سیب زمینی
۰۹/۱۸	شنبه	نان کره مربا	میوه خرد شده	دلخواه و سالم
۰۹/۱۹	یکشنبه	کیک خانگی با شیر	پاپ کورن خانگی	خوراک گوشت مرغ
۰۹/۲۰	دوشنبه	نان پنیر و کنجد	دمنوش آبلیمو عسل	قرمه سبزی با پلو
۰۹/۲۱	سه شنبه روز اسباب بازی	نیمرو	مغزجات	پیتزا خانگی
۰۹/۲۲	چهارشنبه	نان کره بادام زمینی با عسل	میوه خرد شده	دلخواه و سالم

جهت ترغیب کودکان به مسیولیت پذیری بیشتر در امر تغذیه تایم میان وعده بصورت آزاد در محوطه توسط شخص کودک با نظارت صورت می گیرد .