

برنامه غذایی دانشگاه اراک از تاریخ ۹۸/۰۷/۱۳ لغایت ۹۸/۰۷/۱۸

ایام هفته	تاریخ	ناهار	شام	صبحانه
شنبه	۹۸/۰۷/۱۳	سبزی پلو با ماهی و خرما، لیمو	کلم پلو با ماست	سبزی پلو با ماهی و خرما، لیمو
یکشنبه	۹۸/۰۷/۱۴	زرشک پلو با مرغ و دوغ	عدس پلو با دوغ	زرشک پلو با مرغ و دوغ
دوشنبه	۹۸/۰۷/۱۵	چلو خورش سبزی با ماست و خیار	لوبیا پلو با ماست و خیار	چلو خورش سبزی با ماست و خیار
سه شنبه	۹۸/۰۷/۱۶	جوجه کباب با گوجه و سوپ جو		تن ماهی با خوراک لوبیا و لیمو
چهارشنبه	۹۸/۰۷/۱۷	چلو خورش قیمة بادمجان با ماست	ماکارانی با ماست	قارچ، تخم مرغ، سیب زمینی، گوجه
پنجشنبه	۹۸/۰۷/۱۸	زرشک پلو با مرغ و ماست		شیر، کره و عسل

برنامه غذایی دانشگاه اراک از تاریخ ۹۸/۰۷/۲۰ لغایت ۹۸/۰۷/۲۵

ایام هفته	تاریخ	ناهار	شام	صبحانه
شنبه	۹۸/۰۷/۲۰	زرشک پلو با مرغ و دوغ	ماکارانی با دوغ	عدس پلو با ماست
یکشنبه	۹۸/۰۷/۲۱	چلو خورش سبزی با ماست و خیار	کشک و بادمجان و زله	لوبیا پلو با ترشی
دوشنبه	۹۸/۰۷/۲۲	جوجه کباب با گوجه و سوپ جو		خوراک دو پیازه با گوجه و خیار شور
سه شنبه	۹۸/۰۷/۲۳	چلو خورش قیمة با ماست	استامبولی پلو با ماست	خوراک مرغ با چپیس و خیار شور و گوجه
چهارشنبه	۹۸/۰۷/۲۴	تن ماهی با خوراک لوبیا و ترشی	چلو کباب کوبیده مرغ با گوجه و ترشی	فلافل با گوجه و خیار شور و کاهو و سیس (۲)
پنجشنبه	۹۸/۰۷/۲۵	چلو خورش سبزی با ماست		شیر، کره و عسل

دانشجویان گرامی جهت افزایش اعتبار و رزرو غذا برای هفته های آینده می توانند از آدرس اینترنتی <http://jeton.araku.ac.ir> استفاده نمایند.

در صورت عدم امکان تهیه مواد غذایی در بازار احتمال تغییر در برنامه غذایی وجود دارد.

اداره تغذیه - ۱۳۹۸/۰۷/۰۳