

برنامه غذایی نیمسال اول - ۱۳۸۹ موسسه آموزش عالی اقبال لاهوری

هفته هشتم		
شنبه	89/8/29	پلو ماهی
یکشنبه	89/8/30	جوجه کباب
دوشنبه	89/9/1	خورشت قیمه
سه شنبه	89/9/2	کباب کوبیده
چهارشنبه	89/9/3	خورشت قرمه سبزی
پنج شنبه	89/9/4	عدس پلو
هفته نهم		
شنبه	89/9/6	ماکارونی
یکشنبه	89/9/7	مرغ
دوشنبه	89/9/8	خورشت قیمه
سه شنبه	89/9/9	کباب کوبیده
چهارشنبه	89/9/10	خورشت قرمه سبزی
پنج شنبه	89/9/11	استانبولی
هفته دهم		
شنبه	89/9/13	عدس پلو
یکشنبه	89/9/14	جوجه کباب
دوشنبه	89/9/15	خورشت قیمه
سه شنبه	89/9/16	کباب کوبیده
چهارشنبه	89/9/17	خورشت قرمه سبزی
پنج شنبه	89/9/18	پلو ماهی
هفته یازدهم		
شنبه	89/9/20	استانبولی
یکشنبه	89/9/21	کباب کوبیده
دوشنبه	89/9/22	خورشت قرمه سبزی
سه شنبه	89/9/23	جوجه کباب
چهارشنبه	89/9/24	خورشت قیمه
پنج شنبه	89/9/25	ماکارونی
هفته دوازدهم		
شنبه	89/9/27	خورشت قرمه سبزی
یکشنبه	89/9/28	پلو ماهی
دوشنبه	89/9/29	خورشت قیمه
سه شنبه	89/9/30	جوجه کباب
چهارشنبه	89/10/1	عدس پلو
پنج شنبه	89/10/2	کباب کوبیده
هفته سیزدهم		
شنبه	89/10/4	مرغ
یکشنبه	89/10/5	خورشت قیمه
دوشنبه	89/10/6	عدس پلو
سه شنبه	89/10/7	کباب کوبیده
چهارشنبه	89/10/8	خورشت قرمه سبزی
پنج شنبه	89/10/9	ماکارانی
هفته چهاردهم		
شنبه	89/10/11	جوجه کباب
یکشنبه	89/10/12	پلو ماهی
دوشنبه	89/10/13	کباب کوبیده
سه شنبه	89/10/14	خورشت قرمه سبزی
چهارشنبه	89/10/15	عدس پلو
پنج شنبه	89/10/16	خورشت قیمه

هفته اول		
شنبه	89/7/10	خورشت قیمه
یکشنبه	89/7/11	عدس پلو
دوشنبه	89/7/12	تعطیل
سه شنبه	89/7/13	جوجه کباب
چهارشنبه	89/7/14	ماکارونی
پنج شنبه	89/7/15	کباب کوبیده
هفته دوم		
شنبه	89/7/17	مرغ
یکشنبه	89/7/18	قرمه سبزی
دوشنبه	89/7/19	عدس پلو
سه شنبه	89/7/20	خورشت قیمه
چهارشنبه	89/7/21	استانبولی
پنج شنبه	89/7/22	کباب کوبیده
هفته سوم		
شنبه	89/7/24	پلو ماهی
یکشنبه	89/7/25	جوجه کباب
دوشنبه	89/7/26	خورشت قیمه
سه شنبه	89/7/27	کباب کوبیده
چهارشنبه	89/7/28	خورشت قرمه سبزی
پنج شنبه	89/7/29	عدس پلو
هفته چهارم		
شنبه	89/8/1	ماکارانی
یکشنبه	89/8/2	کباب کوبیده
دوشنبه	89/8/3	خورشت قرمه سبزی
سه شنبه	89/8/4	استانبولی
چهارشنبه	89/8/5	خورشت قیمه
پنج شنبه	89/8/6	جوجه کباب
هفته پنجم		
شنبه	89/8/8	خورشت قرمه سبزی
یکشنبه	89/8/9	جوجه کباب
دوشنبه	89/8/10	عدس پلو
سه شنبه	89/8/11	خورشت قیمه
چهارشنبه	89/8/12	پلو ماهی
پنج شنبه	89/8/13	کباب کوبیده
هفته ششم		
شنبه	89/8/15	استانبولی
یکشنبه	89/8/16	خورشت قرمه سبزی
دوشنبه	89/8/17	جوجه کباب
سه شنبه	89/8/18	خورشت قیمه
چهارشنبه	89/8/19	ماکارانی
پنج شنبه	89/8/20	عدس پلو
هفته هفتم		
شنبه	89/8/22	کباب کوبیده
یکشنبه	89/8/23	استانبولی
دوشنبه	89/8/24	خورشت قرمه سبزی
سه شنبه	89/8/25	جوجه کباب
چهارشنبه	89/8/26	تعطیل
پنج شنبه	89/8/27	خورشت قیمه