|  |
| --- |
| چلو خورشت قیمه بادنجان |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 60 |  |   |
| بادنجان خالص و پوست کنده | 120 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| لپه مرغوب تبریزی | 30 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 22 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 10 |   |   |
| لیمو عمانی مرغوب آماده سازی شده | 2 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و دارچین | به مقدار کافی |   |  |
| هل | به مقدار کافی |   |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145  |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو خورشت قیمه  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 60 |   |   |
| چیبس سیب زمینی مزمز | 10 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 25 |   |   |
| لپه مرغوب تبریزی | 30 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 12 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| لیمو عمانی مرغوب آماده سازی شده | 2 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و دارچین | به مقدار کافی |   |   |
| هل | به مقدار کافی |   |   |
| نان | نصف قرص |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو خورشت قورمه سبزی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 60 |   |   |
| سبزی خورشتی خالص آماده مصرف | 80 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 25 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 30 |   |   |
| لوبیا قرمز یا چیتی | 18 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 10 |   |   |
| لیمو عمانی مرغوب آماده سازی شده | 2 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و دارچین | به مقدار کافی |   |   |
| هل | به مقدار کافی |   |   |
| نان | نصف قرص |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| سبزی پلو با ماهی قزل آلا |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| ماهی قزل آلا با سر و دم ناخالص | 350 |   |   |
| سبزی پلوئی تازه آماده مصرف | 40 |   |   |
| آرد سفید جهت سرخ کردن | به مقدار کافی |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 60 |   |   |
| سرکه | 10 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 20 |   |   |
| نمک، فلفل و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 140 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| شوید پلو با تن ماهی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| تن ماهی 180 گرمی(میروتون، چینود و شیلانه،میعاد) | 90 |   |   |
| شوید خشک مرغوب | 6 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 20 |   |   |
| نمک، فلفل وادویه | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| لوبیا پلو |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 50 |   |   |
| فلفل دلمه ای خرد شده خالص | 5 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 20 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 30 |   |   |
| لوبیا سبز پاک شده و آماده مصرف | 100 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و دارچین | به مقدار کافی |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 30 |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 130 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| استانبولی پلو |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 50 |   |   |
| فلفل دلمه ای خرد شده خالص | 5 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 20 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 40 |   |   |
| هویج خالص خرد شده | 30 |   |   |
| آبلیمو دست چین | 7 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 30 |   |   |
| سیب زمینی خالص و خرد شده | 70 |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 130 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| باقالا پلو با مرغ |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| مرغ خالص و پاک شده بدون پوست | 300 |   |   |
| زعفران جهت مرغ  | هر 700نفریک مثقال |  |  |
| باقالا سبز و آماده مصرف | 30 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 25 |   |   |
| شوید خشک و مرغوب | 6 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 25 |   |   |
| فلفل دلمه ای خرد شده خالص | 5 |   |   |
| هویج خالص | 25 |  |  |
| برنج هندی درجه یک | 130 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| زرشک پلو با مرغ |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| مرغ خالص و پاک شده بدون پوست | 300 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| زعفران جهت مرغ  | هر 700نفریک مثقال |  |  |
| زرشک مرغوب | 3 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 25 |   |   |
| هل و زنجبیل | به مقدار کافی |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| نمک، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 25 |   |   |
| هویج و فلفل دلمه ای خرد شده خالص | 30 |   |   |
| شکر  | 2 |  |  |
| زعفران (عباس زاده یا اسفدان) | 500 نفر یک مثقال |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| عدس پلو با گوشت |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد چرخ کرده بدون چربی | 70 |   |   |
| فلفل دلمه ای خرد شده خالص | 5 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 30 |   |   |
| عدس مرغوب | 30 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 130 |  |  |
| رب گوجه فرنگی علاء | 25 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| زعفران (عباس زاده یا اسفدان) | 700نفریک مثقال |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| عدس پلو با کشمش |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| کشمش مرغوب با رنگ روشن | 50 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 40 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 30 |   |   |
| عدس مرغوب | 30 |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 130 |  |  |
| نمک، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| نان | نصف قرص |   |   |
| زعفران (عباس زاده یا اسفدان) | 700نفریک مثقال |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو کباب کوبیده |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله مخصوص چرخ کردنی | 100 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 60 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 25 |   |   |
| گوجه جهت سرو غذا | 100 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| دنبه گوسفندی مرغوب و بدون ضایعات | 40 |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو جوجه کباب  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| فیله مرغ تازه و بدون ضایعات  | 160 |   |   |
| فلفل دلمه ای خردشده خالص | 5 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 25 |   |   |
| آبلیموی معتبر | 25 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| روغن مایع سویا | 15 |   |   |
| زعفران (عباس زاده یا اسفدان) | 100کیلومرغ دو مثقال |   |   |
| نان | نصف قرص |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| کره  | هر نفر3گرم |  |  |
| گوجه فرنگی تازه  | 100 |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خوراک همبرگر |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| همبرگر گوشت 30 درصد مرغوب | 2 برگ |   |   |
| خیار شور درجه یک | 100 |   |   |
| گوجه فرنگی | 100 |   |   |
| کاهو خرد شده و بدون ضایعات | 100 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |  |  |
| سس قرمز تک نفره | 1 عدد |   |   |
| نان  | 2 عدد |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو خورشت مسمای بادنجان |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 60 |   |   |
| گوجه فرنگی تازه | 50 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| بادنجان خالص و پوست کنده | 200 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 20 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه  | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو خورشت مسمای کدو |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 60 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| کدو خالص و پوست کنده | 200 |   |   |
| آبلیمو دست چین | 7 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 20 |   |   |
| شکر  | 5 |  |  |
| نمک، فلفل، ادویه  | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |  |   |   |

|  |
| --- |
| چلو خورشت کرفس |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 70 |   |   |
| نعناع و جعفری آماده مصرف | 50 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 20 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 30 |   |   |
| کرفس آماده مصرف | 120 |   |   |
| آبغوره | 20 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 20 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه  | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خوراک کباب کوبیده |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 100 |   |   |
| گوجه فرنگی تازه جهت سرو غذا | 100 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 50 |   |   |
| دنبه مرغوب گوسفندی و بدون ضایعات | 40 |   |   |
| نمک | به مقدار کافی |   |   |
| کاهوخالص | 100 |  |  |
| نان | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خوراک مرغ بریان |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| ران مرغ خالص و آماده مصرف | 350 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| آرد سوخاری | 15 |   |   |
| خیارشور درجه یک | 100 |   |   |
| نمک، فلفل و ادویه | به مقدار کافی |   |   |
| سس تک نفره قرمز | یک عدد |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| گوجه خالص | 100 |   |   |
| نان | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
|  خوراک جوجه کباب  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| فیله مرغ تازه و بدون ضایعات  | 160 |   |   |
| پیاز خالص | 20 |   |   |
| گوجه فرنگی  | 100 |  |  |
| روغن مایع سویا | 25 |   |   |
| آبلیموی معتبر | 20 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| زعفران (عباس زاده یا اسفدان) | 100کیلومرغ 2 مثقال |   |   |
| کره برای کره تاب | 5 |  |  |
| لیموترش یا نارنج جهت سرو غذا | 30 |  |  |
| خیارشور | 100 |   |   |
| نان | دو قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| ماکارونی باگوشت و سیب زمینی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد چرخ کرده بدون چربی | 70 |   |   |
| ماکارونی(زر ماکارون) | 130 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 35 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 30 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| سیب زمینی خالص و پوست کنده | 40 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 40 |   |   |
| فلفل دلمه خرد شده خالص | 5 |   |   |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خوراک ماکارونی گیاهی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| ماکارانی فرمی رزماکارون | 120 |   |   |
| سیب زمینی خالص و خرد شده | 70 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| قارج خرد شده | 50 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| سویا | 20 |   |   |
| نخود فرنگی | 30 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 35 |   |   |
| هویج خرد شده | 50 |   |   |
| نان | نصف قرص |   |   |
| آبلیمو معتبر | 5 |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| کشک بادنجان |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| بادنجان خالص و بدون پوست | 300 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| نعناء خشک | 2 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| کشک پاستوریزه | 50 |   |   |
| پیاز خرد شده | 40 |   |   |
| آبلیمو | 1 |  |  |
| نان | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خوراک مرغ و قارچ |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| فیله مرغ خالص | 140 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 30 |   |   |
| پیاز خالص | 30 |   |   |
| فلفل دلمه  | 10 |   |   |
| سیب زمینی خالص | 160 |   |   |
| هویج خالص  | 40 |   |   |
| نخودفرنگی | 30 |   |   |
| قارچ تازه  | 100 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدارلازم |   |   |
| آبلیمو معتبر | 5 |   |   |
| نان لواش | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| ماش پلو با خرما |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| برنج هندی درجه یک | 130 |  |  |
| ماش مرغوب | 40 |  |  |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار لازم |  |  |
| زعفران(عباس زاده یا اسفدان) | 700نفریک مثقال |  |  |
| خرما  | 50 |  |  |
| پیاز خالص  | 30 |  |  |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 20 |  |  |
| نان  | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خوراک لوبیا چیتی با تخم مرغ و سیب زمینی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| لوبیا چیتی  | 90 |  |  |
| پیاز خالص | 30 |  |  |
| تخم مرغ یک عدد  | 75 |  |  |
| رب گوجه فرنگی علاء | 20 |  |  |
| خیارشور  | 100 |  |  |
| آبلیمو معتبر | 4 |  |  |
| گوجه فرنگی | 100 |  |  |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار لازم |  |  |
| نان  | 2 قرص |   |   |
| سیب زمینی خالص | 100 |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خوراک مرغ و سبزیجات  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| مرغ خالص  | 350 |   |   |
| کدو خالص  | 50 |   |   |
| گل کلم سفید | 50 |   |   |
| ذرت  | 20 |   |   |
| کاهوی خالص خردشده | 100 |  |  |
| گوجه فرنگی | 100 |  |  |
| هویج خالص  | 35 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |  |  |
| نان | دوقرص |  |  |
| نمک و فلفل  | بمقدار کافی |  |  |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 20 |  |  |
| پیاز خالص | 30 |  |  |
| فلفل دلمه | 10 |  |  |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدارلازم |  |  |
| جمع کل  |   |   |   |

|  |
| --- |
| کوکو سیب زمینی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| سیب زمینی خالص بدون ضایعات | 200 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| تخم مرغ | 50 |   |   |
| فلفل دلمه خرد شده خالص | 5 |   |   |
| کاهو خرد شده خالص | 100 |   |   |
| خیارشور | 100 |   |   |
| سس تک نفره سفید | 1 عدد |   |   |
| آرد سوخاری | 20 |  |  |
| گوجه فرنگی | 100 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار لازم |  |  |
| نان | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| شوید پلو با خوراک تن ماهی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| تن ماهی (میروتون،چینود ،میعاد ) | 90 |  |   |
| سیب زمینی خالص | 40 |  |   |
| قارچ تازه  | 50 |  |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| رب گوجه علاء | 20 |  |   |
| پیاز خالص | 30 |  |  |
| شوید | 6 |  |  |
| آبلیمو معتبر | 2 |  |  |
| نان لواش  | نصف قرص |  |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 30 |  |  |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار لازم |  |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| کوکو سبزی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| سبزی آماده مصرف کوکویی | 200 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| تخم مرغ | 70 |   |   |
| کاهو خرد شده خالص | 100 |   |   |
| خیارشور | 100 |   |   |
| سس تک نفره سفید | 1 عدد |   |   |
| آرد سوخاری | 20 |  |  |
| گوجه فرنگی | 100 |   |   |
| نان | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| سوپ ورمشیل |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| رشته سوپی | 5 |   |   |
| فیله مرغ | 20 |   |   |
| نخود فرنگی | 2 |   |   |
| هویج | 20 |   |   |
| آبلیموی معتبر  | 7 |  |  |
| جعفری و سبزی سوپی | 5 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 5 |   |   |
| نمک و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| سوپ جو |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| رشته سوپی | 5 |   |   |
| جو پوست کنده | 10 |   |   |
| عدس مرغوب  | 2 |  |  |
| آبلیموی معتبر  | 7 |  |  |
| سبزی سوپی | 15 |   |   |
|  فیله مرغ خالص | 20 |   |   |
| هویج خالص | 20 |   |   |
| رب گوجه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| آش رشته |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| رشته آشی | 20 |   |   |
| نخود مرغوب | 10 |   |   |
| لوبیا قرمز مرغوب | 10 |   |   |
| سبزی مخصوص آشی | 40 |   |   |
| عدس مرغوب | 10 |   |   |
| نعناء خشک | 1 |   |   |
| روغن مایع | 10 |   |   |
| کشک پاستوریزه | 20 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| سرکه | 5 |   |   |
| پیاز خرد شده | 30 |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| سالاد فصل |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| پیاز خرد شده | 40 |   |   |
| خیار | 60 |   |   |
| گوجه فرنگی | 30 |   |   |
| نعناء خشک | 1 |   |   |
| آبغوره | 25 |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| سالاد کاهو و کلم |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| کاهو خالص | 70 |   |   |
| کلم خالص | 30 |   |   |
| هویج خالص  | 30 |   |   |
| سس تک نفره  |  1عدد |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| سالاد کلم و هویج |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| خیارشور  | 30 |   |   |
| کلم خالص | 120 |   |   |
| هویج خالص  | 30 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 2 |  |  |
| مایونز  |  20 |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| سالاد کاردینال |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| ژامبون مرغ معمولی | 50 |   |   |
| هویج خالص | 10 |   |   |
| ماکارونی فرمی زر ماکارون  | 120 |   |   |
| گوجه فرنگی  | 5 |   |   |
| سس مایونز  | 60 |   |   |
| نخودفرنگی | 10 |  |  |
| قارچ  | 20 |   |   |
| خیارشور | 50 |  |  |
| ذرت | 30 |  |  |
| کاهوی خردشده  | 3 |  |  |
| نان | نصف قرص |  |  |
| آبلیمو معتبر | 5 |  |  |
| سرکه  | 5 |  |  |
| جمع کل |  |  |  |

|  |
| --- |
| چلو خورشت لوبیا سبز |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 60 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 30 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| لوبیا سبز آماده و پاک شده | 70 |   |   |
| هویج خرد شده خالص | 30 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 20 |   |   |
| سیب زمینی خالص | 40 |   |   |
| پیاز خرد شده | 30 |   |   |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| نان و پنیر و سیب زمینی  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| نان | دوقرص |   |   |
| پنیر | 50 |   |   |
| سیب زمینی  | 150 |   |   |
| خیار | 100 |   |   |
| گوجه  | 100 |   |   |
| جمع کل  |   |   |   |
| نام دسر | قیمت |
| **نوشابه کوچک زمزم یا فانتا یا پپسی** |  |
| ماست کوچک 150 گرمی  |   |
| دلستر کوچک |   |
| دلستر بزرگ |   |
| ماست موسیر 150 گرمی  |   |
| بستنی 200 گرمی پاک یا میهن |   |
| آبمیوه گلشن یا تکدانه |   |
| دوغ کوچک 300 سی سی لیوانی |   |
| زیتون 10 عدد ( |   |
| هندوانه با پوست 500 گرم |  |
| شیر تک نفره 200 سی سی (پاک یا ویژه) |  |
| نوشیدنی سنتی گلاب یا بیدمشک(روح افزا) |  |
| خرما 3 عدد(50 گرم) |  |
| چای تک نفره  |  |
| ترشی تک نفره سنت |  |
| میوه 200 گرم |   |

|  |
| --- |
| کره و عسل |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| کره | 20 |   |   |
| عسل | 20 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک سنتی | 3/1 نان |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خامه عسلی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| خامه عسلی تک نفره  | یک عدد |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک سنتی | 3/1 نان |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| نان و پنیر + شیر |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| پنیر | 40 |   |   |
| شیر | 200 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نانسنگک سنتی | 3/1 نان |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| کره و مربا |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| کره | 20 |   |   |
| مربا | 25 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک سنتی | 3/1 نان |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| نان و پنیر گوجه و خیار |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| پنیر | 40 |   |   |
| گوجه | 100 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| خیار | 150 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک سنتی | 3/1 نان  |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| نان و تخم مرغ |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| تخم مرغ | 150 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک سنتی | 3/1 نان |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| حلوا شکری |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| حلوا شکری | 50 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک سنتی | 3/1 نان |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| فرنی و پنیر |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| نشاسته  | 20 |   |   |
| شیر پاستوریزه  | 200 |  |  |
| شکر جهت طبخ  | 30 |  |  |
| گلاب | 2 |  |  |
| عرق هل  | 2 |  |  |
| چای | 1 |   |   |
| پنیر | 50 |  |  |
| شکر جهت توزیع صبحانه  | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک سنتی | 3/1 نان |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| عدسی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| عدس مرغوب  | 50 |   |   |
| سیب زمینی خالص  | 20 |  |  |
| روغن مایع  | 10 |  |  |
| پودر آویشن  | 1 |  |  |
| پیاز خالص  | 20 |  |  |
| نمک و ادویه جات  | به مقدارلازم |  |  |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک سنتی | 3/1 نان |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| شله زرد |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| برنج ایرانی نیم دانه  | 20 |  |  |
| شکر  | 40 |  |  |
| زعفران (عباس زاده یا اسفدان ) | 300نفریک مثقال |  |  |
| عرق هل | 1 |  |  |
| گلاب | 1 |  |  |
| خلال بادام زمینی | 2 |  |  |
| روغن مایع  | 15 |  |  |
| ظرف یک بار مصرف درب دارجهت بسته بندی | یک عدد |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو خورشت نخود فرنگی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 60 |   |   |
| سیب زمینی خالص خرد شده | 80 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| نخود فرنگی | 50 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 20 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| هویج  | 30 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و دارچین | به مقدار کافی |   |   |
| نان | نصف قرص |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145  |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو مرغ بریان |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| ران مرغ خالص و آماده مصرف | 300 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 50 |   |   |
| آرد سوخاری | 15 |   |   |
| خیارشور درجه یک ویژه | 100 |   |   |
| نمک، فلفل و ادویه | به مقدار کافی |   |   |
| سس تک نفره قرمز | یک عدد |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |   |   |
| پیاز خالص | 30 |  |  |
| تخم مرغ | 10 |  |  |
| نان | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| سالاد الویه تک نفره آماده مصرف |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| سالاد الویه تک نفره آماده مصرف شامانا | یک عدد  |  |   |
| گوجه فرنگی | 100 |  |   |
| نان | 2 قرص |  |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| املت  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوجه فرنگی | 95 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 5 |   |   |
| تخم مرغ  | 5/1 عدد(113) |   |   |
| پیاز  | 5 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی قو، بهار یا ناز | 20 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه | به مقدار کافی |   |   |
| نان سنگک سنتی  | 3/1 |   |   |
| فلفل دلمه خالص | 3 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقووبشقاب یکبار مصرف(لیوان فوم گیاهی) | 1 |  |  |
| شکر | 15 |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| ماست و خیار |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| ماست پرچرب مرغوب | 140 |  |   |
| خیار | 50 |  |   |
| نعنا | 1 |  |   |
| جمع کل |   |   |   |

تذکر مهم :

در صورت صلاحدید ،دانشگاه اختیار دارد برنج هندی مرغوب را با ترکیب برنج ایرانی در جه 2 (هاشمی ،مشعوف،اشرفی) و برنج هندی مرغوب به نسبت 50 به 50 جایگزین کند .

قیمت هر کیلو برنج ایرانی ذکر شده :

قیمت هر کیلو برنج هندی درجه یک :