|  |
| --- |
| چلو خورشت قیمه بادنجان |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمدبرزیلی بدون استخوان و چربی | 60 |  |   |
| بادنجان خالص و پوست کنده | 120 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهاریا اویلکا | 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 لواش | نصف قرص |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145  |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو خورشت قیمه  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد برزیلی بدون استخوان و چربی | 60 |   |   |
| چیبس سیب زمینی مزمز | 10 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 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 لواش | 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 | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 30 |   |   |
| لوبیا قرمز یا چیتی مرغوب | 18 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 10 |   |   |
| لیمو عمانی مرغوب آماده سازی شده | 2 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و دارچین | به مقدار کافی |   |   |
| هل | به مقدار کافی |   |   |
| نان لواش | نصف قرص |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| شوید پلو با ماهی قزل آلا |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| ماهی قزل آلا با سر و دم ناخالص | 350 |   |   |
| شوید خشک | 6 |   |   |
| آرد سفید جهت سرخ کردن | به مقدار کافی |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 60 |   |   |
| سرکه | 10 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 20 |   |   |
| نمک، فلفل و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| لیمو ترش یا نارنج | 30 |  |  |
| برنج هندی درجه یک | 140 |  |  |
| نان لواش | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| شوید پلو با تن ماهی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| تن ماهی 180 گرمی(چینود، شیلانه،میعادو شکیل تن) | 90 |   |   |
| شوید خشک مرغوب | 6 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 20 |   |   |
| نمک، فلفل وادویه | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان لواش | 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 | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 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 لواش | 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 | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 40 |   |   |
| هویج خالص خرد شده | 30 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 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 لواش | 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 آماده مصرف تازه | 30 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 50 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 25 |   |   |
| شوید خشک و مرغوب | 6 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 25 |   |   |
| هویج خالص | 25 |  |  |
| برنج هندی درجه یک | 130 |  |  |
| نان لواش | 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 | 50 |   |   |
| زعفران جهت مرغ  | هر 700نفریک مثقال |  |  |
| زرشک مرغوب | 3 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 25 |   |   |
| هل و زنجبیل | به مقدار کافی |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| نمک، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 25 |   |   |
| هویج خالص | 30 |   |   |
| شکر  | 2 |  |  |
| زعفران (عباس زاده یا اسفدان) | 500 نفر یک مثقال |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان لواش | 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 بهار یا اویلکا | 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 لواش | 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 | 50 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 30 |   |   |
| عدس مرغوب | 30 |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 130 |  |  |
| نمک، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| نان لواش | نصف قرص |   |   |
| زعفران (عباس زاده یا اسفدان) | 700نفریک مثقال |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو گوشت و قارچ |
| 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 بهار یا اویلکا | 30 |   |   |
| قارچ تازه  | 50 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| رب گوجه فرنگی علاء | 25 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |  |  |
| نان لواش | نصف قرص |   |   |
| سیب زمینی خالص | 50 |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| چلو کباب کوبیده |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله مخصوص چرخ کردنی | 85 |   |   |
| قلوه گاه گوسفندی درجه یک | 40 |  |  |
| پیاز خرد شده خالص | 60 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 25 |   |   |
| گوجه جهت سرو غذا | 100 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| دنبه گوسفندی مرغوب و بدون ضایعات | 15 |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| سماق تک نفره مارک گلها | یک عدد |  |  |
| زغفران (اسفدان یا عباس زاده)  | 500نفر یک مثقال |  |  |
| نان لواش | 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 بهار یا اویلکا | 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 لواش | نصف قرص |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| کره  | هر نفر3گرم |  |  |
| گوجه فرنگی تازه  | 100 |  |  |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| حلیم |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 50 |   |   |
| گندم مرغوب | 50 |   |   |
| نخود مرغوب | 5 |   |   |
| دنبه گوسفندی | 10 |   |   |
| پیاز خالص | 30 |  |  |
| زعفران(عباس زاده یا اسفندان) | 400نفر یک مثقال |   |   |
| دارچین و نمک و فلفل | به مقدار لازم |  |  |
| نان لواش | 2 قرص |   |   |
| 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 بهار یااویلکا | 50 |   |   |
| بادنجان خالص و پوست کنده | 200 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 25 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه  | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان لواش | 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 بهار یااویلکا | 50 |   |   |
| کدو خالص و پوست کنده | 220 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 25 |   |   |
| شکر  | 5 |  |  |
| نمک، فلفل، ادویه  | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان لواش | 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 | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 30 |   |   |
| کرفس آماده مصرف | 120 |   |   |
| آبغوره معتبر | 20 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 20 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه  | به مقدار کافی |   |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| نان لواش | نصف قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خوراک کباب کوبیده |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 85 |   |   |
| قلوه گاه گوسفندی درجه یک  | 40 |  |  |
| گوجه فرنگی تازه جهت سرو غذا | 100 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 60 |   |   |
| دنبه مرغوب گوسفندی و بدون ضایعات | 15 |   |   |
| نمک | به مقدار کافی |   |   |
| کاهوخالص | 100 |  |  |
| سماق تک نفره مارک گلها | یک عدد |  |  |
| زغفران (اسفدان یا عباس زاده)  | 500 نفر یک مثقال |  |  |
| نان لواش | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| نخود سبز پلو  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| نخود سبز تازه  | 100 |   |   |
| گوشت گوساله منجمد چرخ کرده بدون چربی | 50 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 30 |   |   |
| پیاز خرد شده خالص | 30 |   |   |
| ابلیمو معتبر | 5 |   |   |
| نمک و فلفل و ادویه  | به مقدار لازم |   |   |
| شوید خشک | 6 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 25 |   |   |
| زغفران (اسفدان یا عباس زاده) | 500 نفر یک مثقال |  |  |
| برنج هندی درجه یک | 130 |   |   |
| نان لواش | نصف 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 ویژه  | 100 |   |   |
| نان لواش | 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 | 30 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 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 لواش | 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 بهار یا اویلکا | 50 |   |   |
| قارج خرد شده | 50 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| سویا | 20 |   |   |
| نخود فرنگی تازه  | 30 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 35 |   |   |
| هویج خرد شده | 50 |   |   |
| نان لواش | نصف قرص |   |   |
| پیاز خالص خرد شده  | 30 |  |  |
| 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 بهار یااویلکا  | 50 |   |   |
| نعناء خشک | 2 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار کافی |   |   |
| کشک پاستوریزه | 65 |   |   |
| پیاز خرد شده | 50 |   |   |
| پودر سیر | به مقدار لازم |  |  |
| آبلیمو معتبر | 1 |  |  |
| نان لواش | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| خوراک مرغ و قارچ |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| فیله مرغ خالص | 150 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 50 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 30 |   |   |
| پیاز خالص | 30 |   |   |
| فلفل دلمه خالص | 20 |   |   |
| سیب زمینی خالص | 180 |   |   |
| هویج خالص  | 40 |   |   |
| نخودفرنگی تازه | 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  | 40 |  |  |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 20 |  |  |
| نان لواش | 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 ویژه اصالت | 100 |  |  |
| آبلیمو معتبر | 4 |  |  |
| گوجه فرنگی تازه  | 100 |  |  |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار لازم |  |  |
| نان لواش | 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 |   |   |
| سیب زمینی خالص | 50 |   |   |
| ذرت تازه | 20 |   |   |
| کاهوی خالص خردشده | 100 |  |  |
| گوجه فرنگی تازه  | 100 |  |  |
| هویج خالص  | 35 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |  |  |
| نان لواش | دوقرص |  |  |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 40 |  |  |
| پیاز خالص | 50 |  |  |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدارلازم |  |  |
| کره  | 5 |  |  |
| زعفران(اسفدان یا عباس زاده) | 500 نفر یک مثقال |  |  |
| جمع کل  |   |   |   |

|  |
| --- |
| کوکو سیب زمینی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| سیب زمینی خالص بدون ضایعات | 200 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 50 |   |   |
| تخم مرغ  | 50 |   |   |
| فلفل دلمه خرد شده خالص | 10 |   |   |
| کاهو خرد شده خالص | 100 |   |   |
| خیارشور ویژه | 100 |   |   |
| سس تک نفره سفید | 1 عدد |   |   |
| آرد سوخاری | 32 |  |  |
| گوجه فرنگی تازه | 100 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و مواد افزودنی | به مقدار لازم |  |  |
| نان لواش | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| شوید پلو با خوراک تن ماهی |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| تن ماهی (شیلانه ،چینود ،میعاد، شکیل تن ) | 90 |  |   |
| سیب زمینی خالص | 100 |  |   |
| قارچ تازه  | 60 |  |   |
| برنج هندی درجه یک | 145 |  |  |
| شوید خشک مرغوب | 6 |  |  |
| آبلیمو معتبر برای قارچ | 2 |  |  |
| نان لواش  | نصف قرص |  |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 50 |  |  |
| 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 بهار یااویلکا | 50 |   |   |
| تخم مرغ | 50 |   |   |
| کاهو خرد شده خالص | 100 |   |   |
| خیارشور ویژه | 100 |   |   |
| سس تک نفره سفید | 1 عدد |   |   |
| آرد سوخاری | 40 |  |  |
| گوجه فرنگی تازه  | 100 |   |   |
| نان لواش | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| سوپ ورمشیل |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| رشته سوپی | 5 |   |   |
| مرغ خالص | 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 |   |   |
|  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 |
| ذرت | 30 |   |   |
| کلم خالص | 120 |   |   |
| هویج خالص  | 30 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 2 |  |  |
| مایونز  |  20 |   |   |
| ماست پرچرب | 20 |  |  |
| نمک و فلفل  | به مقدار لازم |  |  |
| 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 تازه | 5 |   |   |
| سس مایونز  | 60 |   |   |
| نخودفرنگی تازه | 10 |  |  |
| قارچ تازه | 20 |   |   |
| خیارشور ویژه | 50 |  |  |
| ذرت تازه | 30 |  |  |
| کاهوی خردشده  | 3 |  |  |
| نان لواش | نصف قرص |  |  |
| آبلیمو معتبر | 5 |  |  |
| سرکه مرغوب | 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 بهار یا اویلکا | 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 لواش | نصف قرص |   |   |
| 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 بهار یا اویلکا | 50 |   |   |
| نخود فرنگی تازه  | 50 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 20 |   |   |
| آبلیمو معتبر | 7 |   |   |
| هویج خالص | 30 |   |   |
| نمک، فلفل، ادویه و دارچین | به مقدار کافی |   |   |
| نان لواش | 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 بهار یا اویلکا | 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 لواش | نصف قرص |  |  |
| جمع کل |  |   |   |

|  |
| --- |
| آبگوشت |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| نخود مرغوب | 50 |   |   |
| لوبیا سفید مرغوب | 25 |   |   |
| پیاز خالص | 30 |   |   |
| گوشت گوساله منجمد بدون استخوان و چربی | 70 |   |   |
| دنبه تازه گوسفندی | 10 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 20 |   |   |
| نمک و فلفل و دارچین | به مقدار لازم |   |   |
| لیمو عمانی  | 1 |   |   |
| زعفران | هر 700نفر یک مثقال |  |  |
| آبلیمو استاندارد  | 7 |  |  |
| سیب زمینی خالص | 30 |  |  |
| نان لواش | 2 قرص |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| ماست و خیار |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| ماست پرچرب مرغوب | 140 |  |   |
| خیار تازه | 50 |  |   |
| نمک | به مقدار لازم |  |  |
| نعنا خشک | 1 |  |   |
| جمع کل |   |   |   |

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

|  |
| --- |
| نان و پنیر و سیب زمینی  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| نان لواش | 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  |   |
| آبمیوه گلشن یا تکدانه |   |
| دوغ کوچک 300 سی سی لیوانی |   |
| زیتون فله اصالت 50 گرم |   |
| هندوانه با پوست 500 گرم |  |
| شیر تک نفره 200 سی سی (پاک یا میهن) |  |
| خرما 3 عدد(50 گرم) |  |
| چای سیاه کیلویی |  |
| چای تک نفره  |  |
| ترشی مخلوط فله ایی با تایید اداره تغذیه 70 گرم خالص |  |
| میوه فصل با تایید مقدار و نوع و کیفیت توسط اداره تغذیه مطابق با فاکتور  |   |

|  |
| --- |
| کره و عسل |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| کره | 20 |   |   |
| عسل | 20 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقو (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 میعاد یا پاک یا پگاه  | یک عدد |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقو (لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک سنتی | 3/1 نان |   |   |
| جمع کل |   |   |   |

|  |
| --- |
| نان و پنیر + شیر |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| پنیر پرچرب یا فتا | 40 |   |   |
| شیرپرچرب پاکتی میعاد  | 200 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقو (لیوان فوم گیاهی) | 1 |   |   |
| نان سنگک 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 چاقو (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 پرچرب یا فتا | 40 |   |   |
| گوجه | 100 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| خیار | 150 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقو (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 تک نفره شکرریز  | 50 |   |   |
| چای | 1 |   |   |
| شکر | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقو (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 پاکتی میعاد  | 200 |  |  |
| شکر جهت طبخ  | 30 |  |  |
| گلاب | 2 |  |  |
| عرق هل  | 2 |  |  |
| چای | 1 |   |   |
| پنیر | 50 |  |  |
| شکر جهت توزیع صبحانه  | 15 |   |   |
| قاشق و لیوان و چاقو (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 چاقو (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 |   |   |   |

|  |
| --- |
| املت  |
| مواد اولیه | گرم | قیمت واحد | قیمت کل |
| گوجه فرنگی | 95 |   |   |
| رب گوجه فرنگی علاء | 5 |   |   |
| تخم مرغ  | 5/1 عدد(113) |   |   |
| پیاز خالص | 5 |   |   |
| روغن مایع مخصوص سرخ کردنی بهار یا اویلکا | 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 |   |   |   |

تذکر مهم :

در صورت صلاحدید ،دانشگاه اختیار دارد برنج هندی مرغوب را با ترکیب برنج ایرانی مرغوب (هاشمی ،مشعوف،اشرفی یا طارم ) 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 :