



برنامه هفتگی تهیه غذای خانگی دهه از تاریخ ۱۴۰۰/۱۰/۱۱ لغایت ۱۴۰۰/۱۰/۱۵

	عدس پلو با گوشت	چلوکباب	جوجه کباب	شنبه
چیکن استراگانف	قیمه سیب زمینی	چلوکباب	جوجه کباب	یکشنبه
شنیتسل مرغ	فسنجان باگوشت چرخ کرده	چلوکباب	جوجه کباب	دوشنبه
کشک بادمجان	زرشک پلو با مرغ	چلوکباب	جوجه کباب	سه شنبه
دیزی	قرمه سبزی	چلوکباب	جوجه کباب	چهارشنبه