

آنالیز مواد غذایی (غذای اصلی) سال 1405 (مقادیر مواد غذایی بر حسب گرم / عدد می باشد)							
کوبیده مرغ		چلو گوشت		شنیسل مرغ		لوییا پلو با گوشت	
نوع مواد	مقدار	نوع مواد	مقدار	نوع مواد	مقدار	نوع مواد	مقدار
برنج خام	۱۹۰	برنج خام	۱۹۰	سیب زمینی	۱۶۰	برنج خام	۱۷۰
گوشت گوسفندی	۶۰	گوشت ماهیچه گوساله	۲۰۰	سینه مرغ	۲۵۰	گوشت	۹۰
فیله مرغ	۶۰	پیاز	۱۲۰	روغن	۱۰۰	پیاز	۱۳۰
روغن	۳۰	روغن	۴۰	خیار شور	۸۰	روغن	۶۰
نمک	۴۰	نمک	۴۰	نمک	۴۰	ماست موسیر	۱
نان	۱ قرص	نان	۱ قرص	نان	۲ قرص	نمک	۴۰
کره	۲۰	ادویه	۱۵	ادویه	۲۰	نان	۱ قرص
ادویه	۵	زعفران	۰.۳	آبلیمو	۲	ادویه	۲۰
زعفران	۰.۳	سیر	۴	آرد سوخاری	۱۰	زعفران	۰.۶
گوچه فرنگی	۱۰۰	رب گوچه	۲۰	نوشابه	۱	رب گوچه	۲۵
لیموی تازه	۱	هویج	۵۰			لوییا سبز	۶۰
گوچه	۵۰	آبلیمو	۲			نوشابه	۱
نوشابه	۱	سبزی پلویی	۴۰				
پیاز	۶۰	نوشابه	۱				

تبصره 1: برنج بصورت 60 در صد ایرانی و 40 درصد خارجی (پاکستانی کشت) می باشد .

تبصره 2: گوشت و مرغ و ماهی مصرفی بایستی بصورت هفتگی و تازه و گرم خریداری گردد .

تبصره 3: نان مصرفی بایستی بصورت روزانه و تازه خریداری گردد .