

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شاهرود

جدول ریز مواد غذایی

پوست ۱

ردیف	اکبر جوجه	مقدار (گرم)	ردیف	چلو خورشت قهوه با کدو یا پادمجان	مقدار (گرم)	ردیف	خورشت فسنجان با گوشت	مقدار (گرم)
۱	برنج ایرانی	۸۵	۱	برنج ایرانی	۸۵	۱	برنج ایرانی	۸۵
۲	برنج پاکستانی	۸۵	۲	برنج پاکستانی	۸۵	۲	برنج پاکستانی	۸۵
۳	ران مرغ پاک شده	۳۳۰	۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۷۵	۳	روغن مایع	۲۵
۴	روغن مایع	۲۰	۴	روغن مایع	۲۰	۴	گوشت گوساله (ران و سردست)	۸۰
۵	روغن سرخ کردنی	۷۰	۵	رب گوجه فرنگی	۲۰	۵	مغز گردو	۴۰
۶	زعفران (مخ)	۰.۰۰۵	۶	لپه	۳۰	۶	رب انار	۲۰
۷	زعفران (روی برنج)	۰.۰۰۵	۷	آغوره	۴	۷	پیاز	۲۰
۸	آلبومو	۸	۸	کدو یا پادمجان	۹۰	۸	آلبومو	۳
۹	پیاز	۱۵	۹	لیمو عمانی	۱	۹	شکر	۱۰
۱۰	آغوره	۲	۱۰	آلو خورشی	۵	۱۰	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۱۱	کره حیوانی	۱۵	۱۱	آلبومو	۴	۱۱	گوگرد لویا سبز	مقدار (گرم)
۱۲	سس انار	۱ عدد	۱۲	پیاز	۲۰	۱۲	لویا سبز پاک شده	۱۵۰
۱۳	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۳	روغن سرخ کردنی	۳۰	۱۳	سیب زمینی	۱۰۰
ردیف	زرشک پلو یا مرغ زعفرانی	مقدار (گرم)	۱۴	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۴	پیاز	۵۰
۱	برنج ایرانی	۸۵	۱۴			۱۴	نخود مرغ	۲۰
۲	برنج پاکستانی	۸۵	ردیف	چلو خورشت قهوه با سیب زمینی	مقدار (گرم)	۱۵	سر	۵
۳	ران مرغ پاک شده	۳۳۰	۱	برنج ایرانی	۸۵	۱۵	آرد	۱۰
۴	روغن مایع	۲۰	۲	برنج پاکستانی	۸۵	۱۶	روغن مایع	۳۰
۵	روغن سرخ کردنی	۱۵	۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۷۵	۱۷	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۶	زعفران (مخ)	۰.۰۰۵	۴	روغن مایع	۲۰	۱۸	گوشت تیریزی	مقدار (گرم)
۷	زعفران (روی برنج)	۰.۰۰۵	۵	رب گوجه فرنگی	۲۰	۱۹	برنج ایرانی	۴۰
۸	آلبومو	۸	۶	لپه	۳۰	۲۰	پیاز پاک کرده	۳۰
۹	آغوره	۴	۷	آغوره	۴	۲۱	نخود مرغ	۷۵
۱۰	زرشک	۴	۸	جیس حلالی	۱۰	۲۲	روغن مایع	۳۰
۱۱	پیاز	۳۰	۹	لیمو عمانی	۰.۵	۲۳	زرشک	۵
۱۲	فلفل دلمه	۱	۱۰	آلو خورشی	۵	۲۴	سری معطر پاک شده (مخلوط)	۳۰
۱۳	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۱	آلبومو	۴	۲۵	گوشت گوساله	۱۰۰
ردیف	خوراک لویا	مقدار (گرم)	۱۲	پیاز	۲۰	۱۲	لپه	۲۰
۱	سیب زمینی	۲۵	۱۳	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۳	مغز گردو سفید	۳
۲	پیاز	۲۵	ردیف	سبزی پلو یا تن ماهی	مقدار (گرم)	۱۴	آلو خورشی	۵
۳	فازج	۳۰	۱	برنج ایرانی	۸۰	۱۵	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۴	روغن مایع	۵	۲	برنج پاکستانی	۸۰	ردیف	شوید پلو یا گوشت	مقدار (گرم)
۵	رب گوجه	۱۵	۳	روغن مایع	۲۰	۱	برنج ایرانی	۸۵
۶	آلبومو	۳	۴	شوید تازه پاک شده	۵۰	۲	برنج پاکستانی	۸۵
۷	لویا جسی	۵۰	۵	تن ماهی (۱۸۰ گرمی)	۹۰	۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۸۰
۸	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۶	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۴	گوشت گوسفندی بدون استخوان	۳۰
ردیف	سالاد کلم و هویج	مقدار (گرم)	ردیف	پورانی پادمجان	مقدار (گرم)	۴	روغن مایع	۲۰
۱	کلم	۶۰	۱	ماست	۱۳۰	۵	رب گوجه	۷
۲	آلبومو	۲.۵	۲	پادمجان کبابی	۴۰	۶	پیاز	۲۰
۳	هویج	۲۰	۳	سرما پودر سر	به مقدار لازم	۷	شوید پاک شده	۵۰
۴	سس مایونز	۱۵	۴	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۸	آغوره	۳
۵	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۵			۹	آلبومو	۳
						۱۰	روغن سرخ کردنی غذا	۱۵
						۱۱	نمک و ادویه	به مقدار لازم

مهر و امضاء مجاز شرکت

ردیف	چلو کباب گوینده	مقدار (گرم)	ردیف	چلو جوجه کباب	مقدار (گرم)	ردیف	خوراک تن ماهی	مقدار (گرم)
۱	برنج ایرانی	۸۵	۱	برنج ایرانی	۸۵	۱	سیب زمینی	۱۵۰
۲	برنج پاکستانی	۸۵	۲	برنج پاکستانی	۸۵	۲	کسول تن ماهی	۱۲۰
۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۶۰	۳	شیشل مرغ	۱۵۰	۳	روغن سرخ کردن	۳۰
۴	گوشت گوسفندی بدون استخوان	۲۵	۴	روغن نباتی	۳۵	۴	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۵	روغن نباتی	۱۵	۵	زعفران	۰.۰۰۶		خوراک گوشت	مقدار (گرم)
۶	دانه تازه	۱۵	۶	آبلیمو	۵	۱	گوشت گوساله (ران و سردست)	۱۰۰
۷	نخم مرغ	۳	۷	سر مایونز (پر چرب)	۸	۲	گوشت گوسفندی بدون استخوان	۲۵
۸	پیاز	۵۰	۸	کوجه	۹۰	۳	روغن سرخ کردن	۶۰
۹	کوجه فرنگی	۹۰	۹	پیاز	۵	۴	رب کوجه غذا	۱۵
۱۰	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۰	فلفل دلمه	۱	۵	فانچ	۱۵۰
ردیف	سبزی پلو با ماهی فزل آلا	مقدار (گرم)		نمک و ادویه	به مقدار لازم	۶	ذرت	۲۰
۱	برنج ایرانی	۸۰	ردیف	سبزی پلو با ماهی فیله	مقدار (گرم)	۷	آبلیمو	۲
۲	برنج پاکستانی	۸۰	۱	برنج ایرانی	۸۰	۸	آبغوره	۲
۳	روغن نباتی	۲۰	۲	برنج پاکستانی	۸۰	۹	جیس	۵۰
۴	ماهی فزل آلا (شکم حالی سایز ۱۲)	۳۳۰	۳	روغن نباتی	۲۰	۱۰	پیاز	۲۰
۵	روغن سرخ کردن	۳۰	۴	ماهی فیله	۱۹۵	۱۱	فلفل دلمه	۲
۶	نخم مرغ	۵	۵	روغن سرخ کردن	۳۰	۱۲	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۷	سری پلویس و سیر	۵۰	۶	نخم مرغ	۵		پیاز و جعفری	مقدار (گرم)
۸	آبلیمو	۱۵	۷	سری پلویس و سیر (پاک شده)	۵۰	۱	پیاز	۳۵
۹	آرد	۵۰	۸	آبلیمو	۱۵	۲	جعفری پاک شده	۵
۱۰	زعفران	۰.۰۰۴	۹	زعفران	۰.۰۰۴		سالاد کاهو	مقدار (گرم)
۱۱	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۰	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱	کوجه	۵۰
ردیف	استانبولی پلو	مقدار (گرم)				۲	حبار	۵۰
۱	برنج ایرانی	۷۸	ردیف	لوبیا پلو	مقدار (گرم)	۳	کاهو	۷۰
۲	برنج پاکستانی	۷۸	۱	برنج ایرانی	۷۸	۴	سس نک نقره	عدد
۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۸۰	۲	برنج پاکستانی	۷۸	۵	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۴	روغن نباتی	۲۵	۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۸۰			
۵	روغن سرخ کردن	۲۰	۴	روغن نباتی	۲۵			
۶	رب کوجه	۴۰	۵	روغن سرخ کردن	۲۰			
۷	پیاز	۱۵	۶	لوبیا سبز پاک شده	۱۰۰			
۸	آبلیمو	۳	۷	رب کوجه	۳۰			
۹	سیب زمینی	۵۰	۸	پیاز	۱۵			
۱۰	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۹	آبلیمو	۳			
۱۱			۱۰	نمک و ادویه	به مقدار لازم			
ردیف	بورانی اسفناج	مقدار (گرم)						
۱	ماست	۱۳۰	ردیف	کلم ترش	مقدار (گرم)			
۲	اسفناج	۳۰	۱	کلم فریز	۵۰			
۳	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۲	سرکه	۱۵			
			۳	شکر	۲			

ردیف	چلو خورشت استنجان یا مرغ	مقدار (گرم)	ردیف	چلو خورشت قورمه سبزی	مقدار (گرم)	ردیف	بوره سبب زینس	مقدار (گرم)
۱	برنج ایرانی	۸۵	۱	برنج ایرانی	۸۸	۱	سبب زینس	۱۵۰
۲	برنج پاکستانی	۸۵	۲	برنج پاکستانی	۸۸	۲	پیاز	۲۰
۳	روغن مایع	۲۵	۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۸۰	۳	روغن مایع	۵
۴	نسیپل مرغ	۹۰	۴	روغن مایع	۲۰	۴	نما خشک	۰.۵
۵	مغز گردو	۴۰	۵	روغن سرخ کردنی	۲۰	۵	کره	۵
۶	رب انار	۲۰	۶	لوبیا فرس	۱۸	۶	حانه	۵
۷	پیاز غذا	۲۰	۷	سری خورشتی سرخ شده	۲۰	۷	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۸	آبلیمو	۳	۸	لیمو عمانی	۱	ردیف	خوراک گوینده	مقدار (گرم)
۹	شکر	۵	۹	آبلیمو	۲	۱	گوشت گوسفندی بدون استخوان	۵۰
۱۰	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۰	آبغوره	۳	۲	گوشت گوساله (ران و سردست)	۱۲۰
۱۱			۱۱	پیاز	۲۵	۳	دانه	۲۰
ردیف	چلو خورشت گریس	مقدار (گرم)	۱۲	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۴	پیاز	۱۰۰
۱	برنج ایرانی	۸۵	ردیف	زرشک پلو یا گوشت	مقدار (گرم)	۵	کوجه فرنگی	۹۰
۲	برنج پاکستانی	۸۵	۱	برنج ایرانی	۸۵	۶	نمیر مرغ	۵
۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۸۰	۲	برنج پاکستانی	۸۵	۷	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۴	روغن مایع	۲۰	۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۸۰	ردیف	حلیج	مقدار (گرم)
۵	پیاز	۲۰		گوشت گوسفندی بدون استخوان	۳۰	۱	گوشت گوسفند (بدون استخوان)	۳۰
۶	گریس تازه پاک شده	۱۵۰	۴	روغن مایع	۲۰	۲	کدم بطور	۶۵
۷	آبغوره	۳	۵	زعفران	۰.۰۰۵	۴	روغن مایع	۷
۸	آبلیمو	۲	۶	رب کوجه	۷	۵	شکر	۲
۹	سری معطر پاک شده	۲۵	۷	پیاز	۲۰	۶	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۱۰	روغن سرخ کردنی	۲۰	۸	زرشک (پلکی)	۴			
۱۱	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۹	آبغوره	۳			
			۱۰	آبلیمو	۳	ردیف	شله زرد	مقدار (گرم)
ردیف	شوید پلو یا مرغ	مقدار (گرم)	۱۱	روغن سرخ کردنی غذا	۱۵	۱	برنج	۳۰
۱	برنج ایرانی	۸۵	۱۲	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۲	زعفران	۰.۰۰۳
۲	برنج پاکستانی	۸۵	۱۳			۳	کلاب	۱۰
۳	روغن سانس	۳۰	ردیف	خوراک مرغ و قارچ	مقدار (گرم)	۴	حلال بادام	۵
۴	شوید پاک شده	۵۰	۱	نسیپل مرغ	۲۰۰	۵	شکر	۶۰
۵	ران مرغ پاک شده	۳۳۰	۲	روغن سرخ کردنی	۶۰	۶	کره حیوانی	۵
۶	پیاز	۳۰	۳	رب کوجه غذا	۲۵	۷	حل	به مقدار لازم
۷	رب کوجه	۱۰	۴	قارچ	۸۰	ردیف	فرنی	مقدار (گرم)
۸	سیر	۵	۵	هویج	۱۰	۱	آرد برنج	۲۸
۹	آبلیمو	۸	۶	آبلیمو	۲	۲	کره حیوانی	۲
۱۰	آبغوره	۲	۷	آبغوره	۲	۳	سیر	۲۰۰
۱۱	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۸	سبب زینس	۱۲۰	۴	شکر	۲۵
ردیف	عاست و خیبار یا گردو و کشمش	مقدار (گرم)	۹	پیاز	۲۰	۵	کلاب	۲۰
۱	خیبار	۵۵	۱۰	لفل دانه	۲	ردیف	عاست و خیبار	مقدار (گرم)
۲	عاست	۱۳۰	۱۱	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱	خیبار	۵۵
۳	نما خشک	۱	ردیف	ناکت گوشت	مقدار (گرم)	۲	عاست	۱۳۰
۴	کره	۷	۱	ناکت گوشت	۱۶۰	۳	نما خشک	۱
۵	کشمش	۷	۲	روغن سرخ کردنی	۲۰	۴	نمک و ادویه	به مقدار لازم

ردیف	عدهس پلو با گوشت	مقدار (گرم)	ردیف	ماکارونی	مقدار (گرم)	ردیف	سالاد ماکارونی	مقدار (گرم)
۱	برنج ایرانی	۷۸	۱	ماکارونی	۱۸۰	۱	ماکارونی فرمی	۶۰
۲	برنج پاکستانی	۷۸	۲	گوشت (ران و سردست)	۸۵	۲	سیب زمینی	۳۵
۳	گوشت گوسفندی (بدون استخوان)	۴۰	۳	روغن مایع	۲۰	۳	خیار شور	۵۰
۴	گوشت گوساله (ران و سردست)	۴۵	۴	روغن سرخ کردنی	۱۵	۴	فیله مرغ (تازه)	۵۰
۵	روغن مایع	۲۰	۵	رب گوجه	۵۰	۵	جعفری پاک شده	۵
۶	روغن سرخ کردنی	۱۰	۶	پیاز	۳۰	۶	ماست سون	۲۰
۷	عدهس	۲۵	۷	آبلیمو	۳	۷	سس مایونز (پرچرب)	۶۰
۸	کنش پلویی	۱۵	۸	فلفل	۶۰	۸	هویج	۲۵
۹	آبلیمو	۳	۹	سیب زمینی	۴۰	۹	آبلیمو	۴
۱۰	پیاز	۲۰	۱۰	فلفل دلمه	۲	۱۰	نمک و ادویه	به مقدار لازم
۱۱	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۱	نمک و ادویه	۲	۱۱	نمک و ادویه	به مقدار لازم
			ردیف	کنشک بادامجان	مقدار (گرم)		کنشک مرغ و نخود فرنگی	مقدار (گرم)
			۱	بادامجان	۴۰۰	۱	کنشک مرغ	۱۰۰
			۲	پیاز	۴۰	۲	سیب زمینی	۷۵
			۳	نمک خشک	۲	۳	نخود فرنگی خالص	۷۵
			۴	مغز گردو	۷	۴	پیاز	۱۵
			۵	کنشک	۷۵	۵	فلفل دلمه	۱۵
			۶	روغن سرخ کردنی	۵۰	۶	هویج	۳۰
			۷	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۷	روغن سرخ کردنی	۸۰
			۸	نمک و ادویه	۲۰	۸	اویس	۱
			۹	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۹	نمک و ادویه	به مقدار لازم
			ردیف	عدهس	مقدار (گرم)		کنشک گوشت (کیباب شامی)	مقدار (گرم)
			۱	عدهس	۶۰	۱	کنشک گوشت (کیباب شامی)	۶۰
			۲	پیاز	۳۰	۲	گوشت گوساله (ران و سردست)	۸۰
			۳	سیب زمینی	۲۰	۳	روغن سرخ کردنی	۳۰
			۴	آبلیمو	۳	۴	سیب زمینی	۱۳۰
			ردیف	رشته پلو با مرغ	مقدار (گرم)		رشته پلو با مرغ	مقدار (گرم)
			۱	برنج ایرانی	۷۰	۱	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۲	برنج پاکستانی	۷۰	۲	رشته پلو با مرغ	۱۰
			۳	ران مرغ	۲۳۰	۳	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۴	روغن مایع	۲۰	۴	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۵	زعفران	۰.۰۰۵	۵	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۶	پیاز	۲۰	۶	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۷	آغوره	۳	۷	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۸	آبلیمو	۳	۸	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۹	روغن سرخ کردنی غذا	۱۵	۹	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۱۰	رشته پلویی	۴۰	۱۰	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۱۱	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۱	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۱	نمک و ادویه	۱	۱	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۲	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۲	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۳	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۳	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۴	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۴	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۵	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۵	رشته پلو با مرغ	۲۰
			۶	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۶	رشته پلو با مرغ	۲۰

مرغ سوخاری		کوبیده مرغ زعفرانی		خوراک مرغ و سبزیجات	
۱	بوند سوخاری	۱	۲۰	۱	۱۶۰
۲	آبدمو	۲	۱۰	۲	۵۰
۳	پياز	۳	۲۰	۳	۱۲۰
۴	روغن سرخ کردنی	۴	۳۰	۴	۳۰
۵	ران مرغ	۵	۳۳۰	۵	۳۰
۶	نمک و ادویه	۶	به مقدار لازم	۶	۲۰
۷		۷		۷	۵۰
ردیف	شماره گر	مقدار (گرم)		ردیف	
۱	دو عدد	۲۰۰ گرم		۸	۱۰
۲	روغن سرخ کردنی	۶۰		۹	۲
۳	سبب زمینی	۱۰۰		۱۰	۵
۴	نمک و ادویه	به مقدار لازم		۱۱	۲۰
ردیف	چلو خورشت کوجه پادمجان	مقدار (گرم)		۱۲	۱۰
۱	برنج پاکستانی	۸۵		۱۳	۱
۲	برنج ایرانی	۸۵		۱۴	۱
۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۱۰۰		۱۵	۲۰
۴	روغن	۵۰		۱۶	۲۰۰
۵	پادمجان	۱۵۰		۱۷	۱۰
۶	کوجه	۷۵		۱۸	۶۰
۷	رب	۱۰		۱۹	۵
۸	پياز	۵		۲۰	۵
۹	آلو بخارا	۵		۲۱	۲۵۰
۱۰	ادویه	به میزان لازم		۲۲	۳۰
۱۱				۲۳	۷۰
۱۲				۲۴	۲۵
ردیف	زرشک پلو با مرغ و پی	مقدار (گرم)		۲۵	۱۰
۱	برنج ایرانی	۸۵		۲۶	۸
۲	برنج پاکستانی	۸۵		۲۷	۳۰
۳	ران مرغ پاک شده	۳۳۰		۲۸	۵
۴	روغن مایه	۲۰		۲۹	۵
۵	روغن سرخ کردنی	۱۵		۳۰	به مقدار لازم
۶	رب کوجه فرنگی	۳۰		۳۱	مقدار (گرم)
۷	زعفران (روی برنج)	۰/۰۰۵		۳۲	۱۰
۸	آبدمو	۸		۳۳	۱۰
۹	آبلیمو	۴		۳۴	۳۰
۱۰	زرشک	۴		۳۵	۴۵
۱۱	پياز	۳۰		۳۶	۱۰
۱۲	فلفل دلمه	۱		۳۷	۲۵
۱۳	نمک و ادویه	به مقدار لازم		۳۸	۳۰
				۳۹	۳
				۴۰	به مقدار لازم

ردیف	سوپ جو	مقدار (گرم)	ردیف	خوراک جوچه جنبی	مقدار (گرم)	ردیف	دورچین ها	مقدار
۱	ششیل مرغ	۱۷	۱	قله مرغ	۲۰۰	۱۴	دلستر ۲۰۰ سی سی (لوطی)	عدد
۲	رب کوجه	۱۰	۲	دلستر نخ	۳	۱۵	دلستر ۲۰۰ سی سی (شسته)	عدد
۳	جو پوست کنده	۲۰	۳	آلبیو	۲	۱۶	دلستر ۲۰۰ سی سی (پت)	عدد
۴	آلبیو	۳	۴	بیکینگ پودر	۴	۱۷	دوغ	عدد
۵	پياز	۵	۵	آرد سفید	۱۵	۱۸	ماست موسیر	عدد
۶	سبب ریحی	۵	۶	روغن سرخ کردنی	۵۰	۱۹	زیتون پرورده	عدد
۷	خونج	۴	۷	سیر	۱۰	۲۰	زیتون پرورده	کیلو
۸	برنج	۱	۸	روغن مایع	۲	۲۱	زیتون شور	کیلو
۹	جعفری پاک شده	۵	۹	سفیده تخم مرغ	۳۰	۲۲	خیار شور	کیلو
۱۰	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۰	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۲۳	فانچ	کیلو
۱۱			ردیف	چلو چیکس	مقدار (گرم)	۲۴	فروت شیرین	کیلو
ردیف	سوپ شیر	مقدار (گرم)	۱	برنج ایرانی	۸۵	۲۵	چیپس	کیلو
۱	جو پوست کنده	۱۰	۲	برنج پاکستانی	۸۵	۲۶	لبن ماهی	عدد
۲	خوبج	۵	۳	گوشت گوساله (ران و سردست)	۶۰	۲۷	سس (کر سس و سوهان سس)	عدد
۳	برنج	۵	۴	گوشت گوسفندی بدون استخوان	۲۵	۲۸	سس لوانس ساده	عدد
۴	کره حیوانی	۲	۵	روغن نباتی	۱۵	۲۹	نمک تک نقره	عدد
۵	سیر	۴۰	۶	دانه تازه	۱۵	۳۰	سفال تک نقره	عدد
۶	فروت	۱۰	۷	نمک مرغ	۳	۳۱	ظفل تک نقره	عدد
۷	فانچ	۱۵	۸	پياز	۵۰	۳۲	ماست تک نقره	عدد
۸	خامه	۵	۹	ششیل مرغ	۱۵۰	۳۳	رب انار تک نقره	عدد
۹	ششیل مرغ	۵	۱۰	روغن نباتی	۳۵	۳۴	ترش، شور، سالاد فصل	کیلو
۱۰	آلبیو	۲	۱۱	زعفران	۰.۰۰۶	۳۵	انواع مربا تک نقره	عدد
۱۱	گدیم	۶	۱۲	آلبیو	۵	۳۶	نمک مرغ	کیلو
۱۲	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۱۳	سس مایونز (برجرب)	۸	۳۷	دست	عدد
ردیف	چلو ساده	مقدار (گرم)	۱۴	کوجه	۹۰	۳۸	زله ۱۰۰ گرمی	عدد
۱	برنج ایرانی	۸۵	۱۵	پياز	۱۵	۳۹	لبنو ترش	کیلو
۲	برنج پاکستانی	۸۵	۱۶	ظفل دانه	۱	۴۰	نان لوانس	عدد
۳	روغن نباتی	۱۵	۱۷	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۴۱	نان سنگک	عدد
۴	نمک	به مقدار لازم	ردیف	دورچین ها	مقدار	۴۲	نان باکت	عدد
ردیف	میرزا قاسمی	مقدار (گرم)	۱	آمیوه پاکتی (بگ لتری)	عدد	۴۳	نان سرواری	عدد
۱	بادمجان	۳۵۰	۲	آمیوه پاکتی (۲۰۰ سی سی)	عدد	۴۴	کوجه فرنگی	کیلو
۲	پياز	۳۰	۳	پیر ۳۰ گرمی	عدد	۴۵	خیار	کیلو
۳	روغن سرخ کردنی	۴۰	۴	پیر ۱۰۰ گرمی	عدد	۴۶	کره ۱۰۰ گرمی	عدد
۴	رب کوجه	۱۰	۵	خامه ۲۰۰ گرمی	عدد	۴۷	کره صد گرمی	عدد
۵	کوجه	۱۵۰	۶	خامه ۱۲۵ گرمی	عدد	۴۸	کره پنجاه گرمی	عدد
۶	نمک مرغ	۵۰	۷	سفال تک نقره	عدد	۴۹	شیر پاکتی (بگ لتری)	عدد
۷	سیر	۱۰	۸	نمک گردو درجه یک	کیلو	۵۰	شیر پاکتی (۲۰۰ سی سی)	عدد
۸	نمک و ادویه	به مقدار لازم	۹	نارنج	کیلو	۵۱	نانه	کیلو
			۱۰	خرما درجه یک	کیلو	۵۲	حلوا شگری ۱۰۰ گرمی	عدد
			۱۱	سوی خوردن پاک شده	کیلو	۵۳	سس تک نقره (کچاپ، مایونز و ...)	عدد
			۱۲	انواع میوه	گرم ۲۰۰	۵۴	آلبیو تک نقره	عدد
			۱۳	شیرین خشک سفیدی	کیلو گرم	۵۵		