


വസന്തം/വേനൽക്കാലം 2026 മെനു


ആഴ്ച 1

പ/ച: 13/04/2026, 04/05/2026, 25/05/2026, 15/06/2026, 06/07/2026, 27/07/2026, 17/08/2026, 07/09/2026, 28/09/2026, 19/10/2026


| | തിണ്ടുകുളാഴ്ച | ചൊവ്വാഴ്ച | ബുധനാഴ്ച | വ്യാഴാഴ്ച | വെള്ളിയാഴ്ച |
|--|---|--|---|---|---|
| ഓപ്ഷൻ 1 | ഉരുളക്കിഴങ്ങ് വെഡ്ജ് സോപ്പം ചീസും തക്കാളി പിസ്സയും ? | പറങ്ങ്ടോസ്റ്റ്, ഗ്ലോബി എന്ററിവയ്ക്കുകൊപ്പം പന്നിയിറച്ചി സോസോടുകൂടിയ ഉരുളക്കിഴങ്ങ് ഗ്ലോബിയും ചേർത്ത് വറുത്ത് ചിക്കൻ സൂപ്പും | വറുത്ത് | ഹോൾവീറ്റ് | ചിപ്സുള്ള ബേർറിയേഴ്സ് പിഷ് |
| ഓപ്ഷൻ 2 | ഹോൾഗ്ലോബിൻ റൈസ് ചേർത്ത് ബാർബിക്യൂ വെജിറ്റബിൾ റാപ്പ് ?! # < € > | മക്രോണി ചീസ് ? € | വറുത്ത് ഉരുളക്കിഴങ്ങ് ഗ്ലോബിയും ചേർത്ത് ബീൻ ആൻഡ് ചീസ് പേസ്റ്റ് വിറ്റ്വരവ് ? | വെജിറ്റേറിയൻ ബൊലോഗ്നിസ് വിത്ത് ഹോൾവീറ്റ് പാസ്ത് ?! # < € > | ചിപ്സുള്ള ക്വോർൺ ഡിപ്ചേഴ്സ് ?! |
| ഓപ്ഷൻ 3 | തക്കാളി പാസ്ത് , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കാളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത് ? # < | തക്കാളി പാസ്ത് , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കാളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത് ? # < | തക്കാളി പാസ്ത് , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കാളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത് ? # < | തക്കാളി പാസ്ത് , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കാളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത് ? # < | തക്കാളി പാസ്ത് , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കാളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത് ? # < |
| രണ്ട് പച്ചക്കറികളും പുതുതായി ചൂട് അപ്പവും ചേർത്ത് ചുട്ടുള്ള വിഭവങ്ങൾ വിളമ്പാം. | | | | | |
| ഓപ്ഷൻ 4 | ചീസും തക്കാളിയും പാനിനി ? | ട്യൂണയും ചീസും പാനിനി ഉറുക്കുന്നു | റോസ്റ്റ് ചിക്കൻ പിറ്റ് പോക്കർ | ചീസും തക്കാളി ടോസ്റ്റിയും ? | ചീസ് പാനിനി ? |
| ഓപ്ഷൻ 5 | ചീസ് സാൻഡ്വിച് | ഹാം സാൻഡ്വിച് | ചീസ് സാൻഡ്വിച് | ട്യൂണ മയോണൈസ് സാൻഡ്വിച് | ഹാം സാൻഡ്വിച് |
| ലൈലി വിഭവങ്ങൾ മിക്സഡ് സാലഡിനൊപ്പം വിളമ്പുന്നു | | | | | |
| അന്തിമങ്ങൾ | തണ്ണിമത്തൻ വെഡ്ജുകൾക്കൊപ്പം വാണില സലൈസ് *] | ഓക്സ് ക്യൂക്കിയോ ?! | സ്കരോബെറി ഷോർട്ട്കേക്ക് മാസ് | ചോക്ലേറ്റ് ബ്ലാണി *] | ചോക്ലേറ്റ് ഐസ്ക്രീം |




ദിവസവും വിളമ്പുന്ന ചുട്ടുപഴുത്ത് ഉരുളക്കിഴങ്ങ്




ദിവസവും ലഭ്യമാണ്




വെജിറ്റേറിയൻ




വീഗൻ



എണ്ണമയമുള്ള മത്സ്യം




പഴം!



മുഴുവൻ ധാന്യം



പോഷകാഹാര വിദഗ്ദ്ധരുടെ തിരഞ്ഞെടുപ്പ്



വസന്തം/വേനൽക്കാലം 2026 മെനു

ആഴ്ച 2

പടിഞ്ഞാറ്: 20/04/2026, 11/05/2026, 01/06/2026, 22/06/2026, 13/07/2026, 03/08/2026, 24/08/2026, 14/09/2026, 05/10/2026

| | തിങ്കളാഴ്ച | ചൊവ്വാഴ്ച | ബുധനാഴ്ച | വ്യാഴാഴ്ച | വെള്ളിയാഴ്ച |
|--|--|---|--|--|--|
| ഓപ്ഷൻ 1 | ഉരുളക്കിഴങ്ങ് വെഡ്ജ് സിനോപ്സം ചീസും തക്കൊളി പീസ്സയും ? | വറുത്ത ഉരുളക്കിഴങ്ങ് ഗ്ലേസും ചേർത്ത് ഗാമൺ വറുത്തെടുക്കുക | ഹോൾവീറ്റ് പാസ്തയോടൊപ്പം കൂഞ്ഞ്ചോക് ബോലോ | ചിക്കൻ ആൻഡ് വെജിറ്റബിൾ കോർമ ഗ്രീസിൽ ഹോൾഗ്രെയിൻ റൈസ് #< > | ചിപ്സുള്ള സതേൺ ഫ്ലൈഡ് ചിക്കൻ |
| ഓപ്ഷൻ 2 | ഹോൾഗ്രെയിൻ റൈസിനോപ്സം ടെക്സ് മെക്സ് വെജിറ്റബിൾ ? #< > | വറുത്ത ഉരുളക്കിഴങ്ങ് ഗ്ലേസും ചേർത്ത് വറുത്ത ക്വെൻറ്റ് ഹോൾഗ്രെയിൻ റൈസ് ?! < #< | വെജിറ്റബിൾ കോർമ | മക്രോണി ചീസ് ? < | ചിപ്സുള്ള സ്പാനിഷ് ഓംലെറ്റ് ? |
| ഓപ്ഷൻ 3 | തക്കൊളി പാസ്ത , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കൊളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത ? #< | തക്കൊളി പാസ്ത , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കൊളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത ? #< | തക്കൊളി പാസ്ത , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കൊളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത ? #< | തക്കൊളി പാസ്ത , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കൊളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത ? #< | തക്കൊളി പാസ്ത , വീട്ടിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കാവുന്ന തക്കൊളി സോസ്, പെണ്ണെ പാസ്ത ? #< |
| രണ്ട് പച്ചക്കറികളും പുതുതായി ചൂട് അപ്പവും ചേർത്ത് ചൂടുള്ള വിഭവങ്ങൾ വിളമ്പാം. | | | | | |
| ഓപ്ഷൻ 4 | ചീസ് പാനിനി ? | റോസ്റ്റ് ഗാമൺ പിറ്റ് പോക്കറ്റ് | ട്യൂണയും ചീസും പാനിനി ഉറുകുന്നു | ചീസും തക്കൊളിയും പാനിനി ? | ചീസ് പാനിനി ? |
| ഓപ്ഷൻ 5 | ട്യൂണയും സ്മിറ്റ്കോണും സാൻഡ്വിച്ച് | ചീസ് സാൻഡ്വിച്ച് ? | ചീസ് സാൻഡ്വിച്ച് | ട്യൂണയും സ്മിറ്റ്കോണും സാൻഡ്വിച്ച് | ഹാം സാൻഡ്വിച്ച് |
| ലൈലി വിഭവങ്ങൾ മിക്സഡ് സാലഡിനോപ്പം വിളമ്പുന്നു | | | | | |
| അതിരുകൾ | വാഴപ്പഴം ഓട്സ് കടി *] | നാരങ്ങ കുക്കി ?! | കാരമൽ മൗസ് | ചോക്ലേറ്റ് ബ്ലേസി *] | സ്കരോബെറി ഐസ്ക്രീം |

ദിവസവും വിളമ്പുന്ന ചൂടുപഴുത്ത ഉരുളക്കിഴങ്ങ്

ദിവസവും ലഭ്യമാണ്

വെജിറ്റേറിയൻ

വീഗൻ

എണ്ണമയമുള്ള മത്സ്യം

പഴം!

മുഴുവൻ ധാന്യം

പോഷകാഹാര വിദ്യാഭ്യാസ തിരഞ്ഞെടുപ്പ്



