

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس چلو خورشت قیمه بادمجان (کد ۱)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج خام	۱۶۰ گرم	
۲	گوشت گوسفندی	۱۰۰ گرم	
۳	لپه	۳۰ گرم	
۴	بادمجان خام	۱۲۰ گرم	
۵	پیاز	۳۰ گرم	
۶	روغن مایع	۲۰ گرم	
۷	رب گوجه و ادویه جات	به مقدار لازم	
۸	گوجه فرنگی تازه	۴۰ گرم	
۹	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس چلو خورش قورمه سبزی (کد ۲)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان مواد خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت(ریال)
۱	برنج خام	۱۶۰ گرم	
۲	گوشت گوسفندی	۱۰۰ گرم	
۳	پیاز	۳۰ گرم	
۴	لوبیا قرمز	۳۰ گرم	
۵	سبزی قورمه	۱۰۰ گرم	
۶	روغن مایع	بمقدار کافی	
۷	لیمو عمانی و ادویه جات	به مقدار لازم	
۸	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
		-	-
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس چلو خورشت قیمه بامیه (کد ۳)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج خام	۱۶۰ گرم	
۲	گوشت گوسفندی	۱۱۰ گرم	
۳	بامیه	۱۲۰ گرم	
۴	رب گوجه و ادویه جات	به مقدار لازم	
۵	روغن مایع	۲۰ گرم	
۶	پیاز	۳۰ گرم	
۷	گوجه فرنگی تازه	۳۰ گرم	
۸	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس چلو خورشت مرغ و آلو سیاه (کد ۴)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت(ریال)
۱	برنج	۱۶۰ گرم	
۲	مرغ پاک شده	۲۰۰ گرم	
۳	آلو سیاه	۵۰ گرم	
۴	هویج	۸۰ گرم	
۵	پیاز	۳۰ گرم	
۶	روغن مایع	۱۵ گرم	
۷	رب گوجه و ادویه جات	به مقدار لازم	
۸	سیب زمینی	۸۰ گرم	
۹	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
			-
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس کلم پلو با گوشت گوساله (کد ۵)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج	۱۵۰ گرم	
۲	گوشت ران گوساله	۱۲۰ گرم	
۳	ادویه پلویی، نمک	به مقدار کافی	
۴	کلم (قمری)	۱۰۰ گرم	
۵	پیاز	۳۰ گرم	
۶	روغن مایع	۱۵ گرم	
۷	سبزیجات معطر	۳۰ گرم	
۸	لیمو / نارنج	۱ عدد / نصف	
۹	جعفری / فلفل سبز	۱۰ گرم	
۱۰	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
		-	-
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس زرشک پلو با مرغ (کد ۶)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج خام	۱۶۰ گرم	
۲	مرغ بدون پوست	۲۵۰ گرم	
۳	نمک، فلفل، ادویه	به مقدار لازم	
۴	زرشک	۱۵ گرم	
۵	هویج، برگ بو، کرفس	۶۰ گرم	
۶	پیاز	۶۰ گرم	
۷	فلفل دلمه ای	۱۰ گرم	
۸	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۹	روغن مایع	۱۰ گرم	
۱۰	لیمو / نارنج	۱ عدد/نصف	
۱۱	جعفری / فلفل سبز	۱۰ گرم	
۱۲	زیتون	۳۰ گرم	
۱۳	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس باقلا پلو با مرغ (کد ۷)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج خام	۱۵۰ گرم	
۲	مرغ بدون پوست	۲۵۰ گرم	
۳	نمک، فلفل، ادویه	به مقدار لازم	
۴	باقلا سبز خشک	۳۰ گرم	
۵	هویج، برگ بو، کرفس	۶۰ گرم	
۶	پیاز	۳۰ گرم	
۷	فلفل دلمه ای	۱۰ گرم	
۸	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۹	روغن مایع	۱۰ گرم	
۱۰	لیمو / نارنج	۱ عدد/نصف	
۱۱	جعفری / فلفل سبز	۱۰ گرم	
۱۲	زیتون	۳۰ گرم	
۱۳	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس استامبولی پلو با لوبیا سبز (گوشت گوساله کد ۸)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج	۱۵۰ گرم	
۲	گوشت گوساله	۱۲۰ گرم	
۳	لوبیا سبز پاک شده	۱۰۰ گرم	
۴	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۵	روغن سرخ کردنی	۱۵ گرم	
۶	پیاز	۳۰ گرم	
۷	سیب زمینی	۸۰ گرم	
۸	نمک، ادویه، زردچوبه	بمقدار کافی	
۹	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۰	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس لوبیا پلو با گوشت چرخ شده (کد ۹)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج خام	۱۵۰ گرم	
۲	گوشت ران گوساله چرخ شده	۱۲۰ گرم	
۳	لوبیا چشم بلبلی	۴۰ گرم	
۴	شوید و رب گوجه ، ادویه پلویی	به مقدار کافی	
۵	پیاز، فلفل دلمه، هویج	۵۰ گرم	
۶	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۷	روغن	۱۵ گرم	
۸	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۹	فلفل سبز	۱۵ گرم	
۱۰	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس عدس پلو با گوشت گوساله (کد ۱۰)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج	۱۵۰ گرم	
۲	گوشت ران گوساله	۱۲۰ گرم	
۳	عدس	۴۰ گرم	
۴	کشمش	۳۰ گرم	
۵	روغن سرخ کردنی	۱۵ گرم	
۶	پیاز	۳۰ گرم	
۷	سیب زمینی	۸۰ گرم	
۸	نمک، ادویه، زردچوبه	بمقدار کافی	
۹	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۰	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس لوبیا پلو با گوشت تکه گوسفندی (کد ۱۱)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج	۱۵۰ گرم	
۲	گوشت گوسفندی	۱۵۰ گرم	
۳	روغن مایع	۱۵ گرم	
۴	پیاز	۲۰ گرم	
۵	شوید و ادویه جات	به مقدار لازم	
۶	لوبیا چشم بلبلی	۴۰ گرم	
۷	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۸	فلفل سبز	۱۵ گرم	
۹	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس سبزی پلو با ماهی قزل آلا (کد ۱۲)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج خام	۱۵۰ گرم	
۲	ماهی	۳۰۰ گرم	
۳	سبزی پلویی	۱۲۰ گرم	
۴	روغن سرخ کردنی	۲۰ گرم	
۵	روغن مایع	۶ گرم	
۶	ادویه جات، نمک، فلفل، زردچوبه، سیر	به مقدار کافی	
۷	آرد سوخاری	۱۰ گرم	
۸	خرما	۶۰ گرم	
۹	ترشی	۶۰ گرم	
۱۰	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۱	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس چلو کوبیده مرغ (کد ۱۳)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج خام	۱۶۰ گرم	
۲	مرغ	۱۸۰ گرم	
۳	فلفل دلمه ای	۱۰ گرم	
۴	هویج	۲۰ گرم	
۵	روغن زیتون	۵ گرم	
۶	پیاز	۳۰ گرم	
۷	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۸	لوبیا چیتی	۵۰ گرم	
۹	گوجه فرنگی	۱۰۰ گرم	
۱۰	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۱	جعفری / فلفل سبز	۱۰ گرم	
۱۲	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس چلو کباب کوبیده (کد ۱۴)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج	۱۶۰ گرم	
۲	گوشت ران گوساله + قلوه گاه	۱۶۰ گرم	
۳	گوچه فرنگی	۱۰۰ گرم	
۴	پیاز	۷۰ گرم	
۵	روغن مایع	۵ گرم	
۶	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۷	جعفری / فلفل سبز	۱۰ گرم	
۸	ادویه جات ، نمک	به مقدار لازم	
۹	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس چلوکباب بختیاری (کد ۱۵)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج خام	۱۶۰ گرم	
۲	گوشت راسته گوساله	۱۰۰ گرم	
۳	جوجه	۱۰۰ گرم	
۴	جوجه	۱۰۰ گرم	
۵	پیاز و فلفل دلمه	۲۰ گرم	
۶	سس خردل	به مقدار لازم	
۷	روغن زیتون	۱۰ گرم	
۸	زعفران	یک مثقال برای صد پرس	
۹	ادویه جات ، نمک ، سماق، آبلیمو	به مقدار لازم	
۱۰	لیموترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۱	جعفری/فلفل سبز	۲۰ گرم	
۱۲	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده چلو جوجه کباب با استخوان (کد ۱۶)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت(ریال)
۱	برنج	۱۶۰ گرم	
۲	جوجه با استخوان	۲۲۰ گرم	
۳	گوجه فرنگی	۸۰ گرم	
۴	روغن زیتون	۵ گرم	
۵	پیاز و زلفل دلمه ای جهت خواباندن	۲۰ گرم	
۶	زعفران	یک مثقال برای صد پرس	
۷	سس خردل	به مقدار لازم	
۸	نمک و فلفل و آبلیمو	به مقدار لازم	
۹	لیمو / نارنج	۱ عدد/ نصف	
۱۰	جعفری/ فلفل سبز	۱۰ گرم	
۱۱	زیتون	۳۰ گرم	
۱۲	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده چلو جوجه کباب بدون استخوان (کد ۱۷)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت(ریال)
۱	برنج	۱۶۰ گرم	
۲	جوجه بدون استخوان	۲۲۰ گرم	
۳	گوچه فرنگی	۸۰ گرم	
۴	روغن زیتون	۵ گرم	
۵	پیاز و زعفران دلمه ای جهت خواباندن	۲۰ گرم	
۶	زعفران	یک مثقال برای صد پرس	
۷	سس خردل	به مقدار لازم	
۸	نمک و فلفل و آبلیمو	به مقدار لازم	
۱۰	لیمو / نارنج	۱ عدد/نصف	
۱۱	جعفری/فلفل سبز	۱۰ گرم	
۱۲	زیتون	۳۰ گرم	
۱۳	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس کباب شامی (کد ۱۸)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	گوشت ران گوساله	۱۴۰ گرم	
۲	سیب زمینی خام	۱۲۰ گرم	
۳	پیاز	۴۰ گرم	
۴	تخم مرغ	به مقدار لازم	
۵	آرد سوخاری	به مقدار لازم	
۶	ادویه جات	به مقدار لازم	
۷	روغن سرخ کردنی	۲۰ گرم	
۸	سیب زمینی توفری	۱۲۰ گرم	
۹	خیارشور	۷۰ گرم	
۱۰	گوجه فرنگی	۱۰۰ گرم	
۱۱	جعفری	۱۰ گرم	
۱۲	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس کتلت قارچ و گوشت (کد ۱۹)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	گوشت	۱۰۰ گرم	
۲	سیب زمینی	۵۰ گرم	
۳	پیاز	۲۰ گرم	
۴	قارچ	۵۰ گرم	
۵	سیر، تخم مرغ، ادویه جات	به مقدار لازم	
۶	روغن	۱۵ گرم	
۷	گوجه	۱۰۰ گرم	
۸	خیارشور	۵۰ گرم	
۹	لوبیا چیتی	۵۰ گرم	
۱۰	نان	یک قرص	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس ماکارونی یا پاستا با گوشت (کد ۲۰)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت(ریال)
۱	ماکارونی یا پاستا	۱۵۰ گرم	
۲	گوشت ران گوساله	۱۲۰ گرم	
۳	ادویه جات ، رب گوجه	به مقدار کافی	
۴	پیاز	۲۰ گرم	
۵	فلفل دلمه	۲۰ گرم	
۶	روغن مایع	۲۰ گرم	
۷	سیب زمینی	۴۰ گرم	
۸	قارچ	۲۰ گرم	
۹	نخود فرنگی	۳۰ گرم	
۱۰	جعفری، فلفل سبز	۲۰ گرم	
۱۱	زیتون	۳۰ گرم	
۱۲	نان	یک فرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک سبزیجات آپیز (کد ۲۱)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت
۱	قارچ	۷۰ گرم	
۲	عدس	۶۰ گرم	
۳	نخود فرنگی	۳۰ گرم	
۴	بادمجان	۴۰ گرم	
۵	سیب زمینی	۹۰ گرم	
۶	ذرت	۳۰ گرم	
۷	لفل دلمه	۲۰ گرم	
۸	گوجه	۵۰ گرم	
۹	پیاز	۲۰ گرم	
۱۰	لوبیا	۶۰ گرم	
۱۱	کدو	۴۰ گرم	
۱۲	روغن	۵ گرم	
۱۳	لیمو ترش/نارنج	۱ عدد/نصف	
۱۴	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک کباب تابه رژیمی (کد ۲۲)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	فلفل دلمه	۱۰ گرم	
۲	گوشت ران گوساله	۱۵۰ گرم	
۳	پیاز	۲۰ گرم	
۴	تخم مرغ ، تره فرنگی ، جعفری، تره ، نعنا ، ادویه جات	به مقدار لازم	
۵	روغن زیتون	۵ گرم	
۶	گوجه	۱۰۰ گرم	
۷	هویج	۵۰ گرم	
۸	لوبیا چیتی	۴۰ گرم	
۹	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۰	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک کوبیده مرغ و سبزیجات (کد ۲۳)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	سینه مرغ	۱۸۰ گرم	
۲	فلفل دلمه	۱۰ گرم	
۳	لوبیا چیتی	۴۰ گرم	
۴	روغن زیتون	۱۰ گرم	
۵	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۶	پیاز	۵۰ گرم	
۷	نخود فرنگی	۲۰ گرم	
۸	هویج	۲۰ گرم	
۹	گوجه	۱۰۰ گرم	
۱۰	ترشی کلم قرمز	۵۰ گرم	
۱۱	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک مرغ فریز (کد ۲۴)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	مرغ	۳۰۰ گرم	
۲	هویج، برگ بو	۲۰ گرم	
۳	کلم	۸۰ گرم	
۴	گوچه	۸۰ گرم	
۵	سیب زمینی	۸۰ گرم	
۶	پیاز	۴۰ گرم	
۷	لفل دلمه ای	۱۵ گرم	
۸	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۹	لوبیا چیتی	۴۰ گرم	
۱۰	رب گوچه	۳۰ گرم	
۱۱	کرفس	۲۵ گرم	
۱۲	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۳	زیتون	۳۰ گرم	
۱۴	نان	یک قرص	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس کوکو سبزی فر پز + لوبیا چیتی و نخود سبز (کد ۲۵)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	سبزی کوکو	۷۰ گرم	
۲	تخم مرغ	۲ عدد	
۳	روغن زیتون	۱۰ گرم	
۴	مغز گردو	۱۰ گرم	
۵	آرد سفید ، بکینگ پودر	به مقدار لازم	
۶	زرشک	۱۰ گرم	
۷	لوبیا چیتی	۵۰ گرم	
۸	زیتون	۳۰ گرم	
۹	قارچ	۱۰۰ گرم	
۱۰	نخود فرنگی	۴۰ گرم	
۱۱	گوجه	۱۰۰ گرم	
۱۲	نان	یک قرص	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس ساندویچ فیله مرغ (کد ۲۶)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	نان باگت متوسط	۲ عدد	
۲	مرغ	۲۵۰ گرم	
۳	خیارشور	۴۰ گرم	
۴	گوجه فرنگی	۱۰۰ گرم	
۵	پیاز جعفری	۱۰ گرم	
۶	کاهو	۴۰ گرم	
۷	سس قرمز تک نفره	۲ عدد	
۸	کلم	۲۰ گرم	
۹	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس ته چین مرغ با کشمش (کد ۲۷)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج	۱۵۰ گرم	
۲	مرغ	۲۰۰ گرم	
۳	ادویه جات	به مقدار کافی	
۴	کشمش	۲۵ گرم	
۵	ماست چکیده	۳۰ گرم	
۶	تخم مرغ	۱ عدد	
۷	زرشک	۱۵ گرم	
۸	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۹	روغن مایع	به مقدار کافی	
۱۰	لیموترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۱	جعفری / فلفل سبز	۲۰ گرم	
۱۲	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک تاس کباب با گوشت قرمز (کد ۲۸)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	گوشت ران گوسفندی	۱۵۰ گرم	
۲	سیب زمینی	۸۰ گرم	
۳	بادمجان	۴۰ گرم	
۴	لفل دلمه	۱۰ گرم	
۵	روغن سرخ کردنی	۱۰ گرم	
۶	پیاز	۳۰ گرم	
۸	هویج	۳۰ گرم	
۹	گوجه فرنگی	۵۰ گرم	
۱۰	رب گوجه فرنگی	به مقدار لازم	
۱۱	قارچ	۳۰ گرم	
۱۳	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۶	سیب زمینی	۸۰ گرم	
۱۷	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک تاس کباب با گوشت مرغ (کد ۲۹)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	مرغ	۲۰۰ گرم	
۲	سیب زمینی	۸۰ گرم	
۵	بادمجان	۴۰ گرم	
۶	لفل دلمه	۱۰ گرم	
۷	روغن سرخ کردنی	۱۰ گرم	
۸	پیاز	۳۰ گرم	
۹	نخود فرنگی	۳۰ گرم	
۱۰	هویج	۳۰ گرم	
۱۱	گوجه فرنگی	۵۰ گرم	
۱۲	رب گوجه فرنگی	به مقدار لازم	
۱۳	قارچ	۳۰ گرم	
۱۴	لفل سبز	۳۰ گرم	
۱۵	لیمو ترش/نارنج	۱ عدد/نصف	
۱۶	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک جوجه کباب با استخوان (کد ۳۰)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	جوجه	۳۰۰ گرم	
۲	گوجه فرنگی	۱۰۰ گرم	
۳	پیاز، فلفل دلمه	۲۰ گرم	
۴	سس خردل، آبلیمون، نمک فلفل	بمقدار لازم	
۵	روغن زیتون	۵ گرم	
۶	کلم	۸۰ گرم	
۷	هویج	۵۰ گرم	
۸	جعفری / فلفل سبز	۱۵ گرم	
۹	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۰	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک جوجه کباب بدون استخوان (کد ۳۱)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	فیله مرغ بدون استخوان	۲۰۰ گرم	
۲	زعفران	یک مثقال برای صد پرس	
۳	پیاز	۲۰ گرم	
۴	روغن زیتون	۱۲ گرم	
۵	سس خردل ، آبلیمو	بمقدار کافی	
۶	نخود فرنگی	۳۰ گرم	
۷	زیتون سبز	۳۰ گرم	
۸	جعفری / فلفل سبز	۱۵ گرم	
۹	گل کلم	۵۰ گرم	
۱۰	گوجه فرنگی	۱۰۰ گرم	
۱۱	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک شنیدل مرغ (کد ۳۲)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	فیله مرغ	۲۰۰ گرم	
۲	آبلیمو	۵ گرم	
۳	آرد سوخاری	۱۰ گرم	
۴	روغن سرخ کردنی	۲۰ گرم	
۵	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۶	لوبیا چیتی	۱۰۰ گرم	
۷	تخم مرغ	۱ عدد	
۸	کاهو	۴۰ گرم	
۹	نخود فرنگی ، ذرت ، هویج	۱۰۰ گرم	
۱۰	گوجه فرنگی	۸۰ گرم	
۱۱	سس گوجه تک نفره	۱ عدد	
۱۲	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک کباب بختیاری (کد ۳۳)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	گوشت راسته گوساله	۱۰۰ گرم	
۲	جوجه	۱۰۰ گرم	
۳	جوجه	۱۰۰ گرم	
۴	پیاز و فلفل دلمه	۲۰ گرم	
۵	سس خردل	به مقدار لازم	
۶	روغن زیتون	۱۰ گرم	
۷	زعفران	یک مثقال برای صد پرس	
۸	ادویه جات ، نمک ، سماق، آبلیمو	به مقدار لازم	
۹	لیموترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۰	جعفری / فلفل سبز	۲۰ گرم	
۱۱	نان	یک قرص	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک کباب کوبیده (کد ۳۴)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	گوشت قلوه گاه + سردست گوساله	۱۶۰ گرم	
۲	پیاز	۷۰ گرم	
۳	گوجه فرنگی	۱۰۰ گرم	
۴	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۵	جعفری / فلفل سبز	۱۵ گرم	
۶	کاهو	۴۰ گرم	
۷	نان	یک قرص	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس لازانیا با گوشت (کد ۳۵)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	گوشت فیله گوساله	۱۰۰ گرم	
۲	قارچ	۵۰ گرم	
۳	ادویه جات ، روغن	به مقدار لازم	
۴	لازانیا	۶ ورق	
۵	پنیر پیتزا	۴۰ گرم	
۶	سبزیجات معطر	۲۰ گرم	
۷	لفل دلمه	۲۰ گرم	
۸	زیتون	۳۰ گرم	
۹	جعفری	۲۰ گرم	
۱۰	نان	یک قرص	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک ماهی قزل آلا شکم پر (کد ۳۶)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	ماهی قزل آلا	۴۰۰ گرم	
۳	روغن	۱۰ گرم	
۴	پیاز	۱۵ گرم	
۵	زرشک	۱۵ گرم	
۶	تمر هندی ، سیر، ادویه ماهی	به مقدار کافی	
۷	سبزیجات ماهی	۷۰ گرم	
۸	خرما	۳۰ گرم	
۹	زیتون	۳۰ گرم	
۱۰	پوره سیب زمینی	۱۰۰ گرم	
۱۱	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک مرغ و قارچ (کد ۳۷)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	فیله مرغ	۱۸۰ گرم	
۲	قارچ	۸۰ گرم	
۳	نخود فرنگی	۳۰ گرم	
۴	سیب زمینی	۵۵ گرم	
۵	لفل دلمه	۳۰ گرم	
۶	روغن	۱۵ گرم	
۷	پیاز	۲۰ گرم	
۸	هویج	۲۰ گرم	
۹	ذرت	۱۵ گرم	
۱۰	زعفران	نیم مثقال برای صد پرس	
۱۱	جعفری	۲۰ گرم	
۱۲	لفل سبز	۲۰ گرم	
۱۳	زیتون	۳۰ گرم	
۱۴	لوبیا (دورچین)	۵۰ گرم	
۱۵	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک رولت مرغ (کد ۳۸)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	سینه مرغ چرخ کرده	۱۵۰ گرم	
۲	تخم مرغ	۲۰ گرم	
۳	قارچ	۲۰ گرم	
۴	هویج	۲۰ گرم	
۵	رب گوجه یا رب انار	۱۰ گرم	
۶	پیاز	۱۰ گرم	
۷	روغن زیتون	بمقدار کافی	
۸	زعفران	نیم مثقال برای صد نفر	
۹	گوجه فرنگی	۱۰۰ گرم	
۱۰	زیتون	۳۰ گرم	
۱۱	کاهو	۵۰ گرم	
۱۲	لوبیا سبز	۴۰ گرم	
۱۳	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس دلمه بادمجان (کد ۳۹)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	بادمجان	۲۰۰ گرم	
۲	گوشت لخم گوساله	۷۰ گرم	
۳	سبزی دلمه (تره/جعفری/نعناع/ترخان/پیاز چه)	۷۰ گرم	
۴	برنج	۸۰ گرم	
۵	پیاز	۲۰ گرم	
۶	روغن	۱۰ گرم	
۷	رب گوجه، ادویه جات	به مقدار لازم	
۸	لپه	۳۰ گرم	
۹	زیتون	۳۰ گرم	
۱۰	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس سبزی خوردن (کد ۴۰)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	سبزی خوردن	۶۰ گرم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس ماست کم چرب (کد ۴۱)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	ماست کم چرب	تک نفره ۱۵۰ گرمی	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس ماست و خیار (کد ۴۲)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	نمک و فلفل	به مقدار کافی	
۲	ماست	۱۵۰ گرم	
۳	خیار	۸۰ گرم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس ماست و سبزیجات (کد ۴۳)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	ماست	۱۵۰ گرم	
۲	سبزیجات	۲۰ گرم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس ماست و موسیر (کد ۴۴)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	ماست و موسیر	تک نفره ۱۵۰ گرمی	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس سالاد الویه (کد ۴۵)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	گوشت مرغ	۱۰۰ گرم	
۲	سیب زمینی	۱۳۰ گرم	
۳	تخم مرغ آبپز	۱ عدد	
۴	نخود سبز	۳۰ گرم	
۵	خیارشور	۲۰ گرم	
۶	هویج	۳۰ گرم	
۷	سس مایونز	به مقدار کافی	
۸	گوجه	۸۰ گرم	
۹	زیتون	۳۰ گرم	
۱۰	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس سالاد شیرازی (کد ۴۶)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	خیار	۱۲۰ گرم	
۲	گوجه فرنگی	۸۰ گرم	
۳	پیاز	۱۵ گرم	
۴	لفل سبز	۵ گرم	
۵	سرکه و ادویه	به مقدار کافی	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس سالاد فصل (کد ۴۷)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	کاهو	۵۰ گرم	
۲	هویج	۵۰ گرم	
۳	کلم برگ سفید	۴۰ گرم	
۴	کلم برگ قرمز	۴۰ گرم	
۵	گوجه	۸۰ گرم	
۶	روغن زیتون	۲۰ گرم	
۷	سرکه	۱۰ گرم	
۸	خیار	۵۰ گرم	
۹	ذرت	۲۰ گرم	
۱۰	نمک و فلفل	به مقدار لازم	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس آش رشته (کد ۴۸)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	رشته آشی	۱۵ گرم	
۲	نخود	۱۰ گرم	
۳	لوبیا سفید	۱۰ گرم	
۴	عدس	۱۰ گرم	
۵	آرد	۳ گرم	
۶	سبزی مخصوص آش	۵۰ گرم	
۷	پیاز	۱۵ گرم	
۸	روغن	به میزان کافی	
۹	کشک	۳۰ گرم	
۱۰	نمک و فلفل ، نعنا خشک	به مقدار کافی	
۱۱	ادویه مخصوص آش	به مقدار کافی	
۱۲	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس آش شله قلمکار (کد ۴۹)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	سبزی آش (تره/جعفری/اسفناج/شوید/گشنیز)	۱۳۰ گرم	
۲	نخود / لوبیا / عدس	۱۰۰ گرم	
۳	برنج	۲۵ گرم	
۴	گوشت گوساله	۹۰ گرم	
۵	پیاز	۲۰ گرم	
۶	ادویه جات	به مقدار لازم	
۷	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک عدسی (کد ۵۰)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	عدس	۹۰ گرم	
۲	سیب زمینی	۵۰ گرم	
۳	روغن سرخ کردنی	۸ گرم	
۴	پیاز	۲۰ گرم	
۵	نان	یک قرص	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک لوبیا چیتی (کد ۵۱)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	لوبیا چیتی	۹۰ گرم	
۲	سیب زمینی	۵۰ گرم	
۳	روغن رب گوجه، نمک، فلفل	۸ گرم	
۴	پیاز	۲۰ گرم	
۵	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس سوپ جو (کد ۵۲)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	جو	۲۰ گرم	
۲	آرد	۱۰ گرم	
۳	هویج	۱۰ گرم	
۴	پیاز	۳۰ گرم	
۵	سیب زمینی	۴۰ گرم	
۶	رب گوجه فرنگی	به مقدار کافی	
۷	ادویه جات	به مقدار کافی	
۸	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس سوپ سبزیجات (کد ۵۳)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	سیب زمینی	۳۵ گرم	
۲	هویج	۲۵ گرم	
۳	پیاز	۲۰ گرم	
۴	کلم سفید یا قمری	۱۵ گرم	
۵	کرفس	۱۵ گرم	
۶	نخود سبز	۱۰ گرم	
۷	جعفری	۵ گرم	
۸	آرد و روغن	۵ گرم	
۹	ادویه	به مقدار کافی	
۱۰	گوجه فرنگی	۲۰ گرم	
۱۱	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس سوپ قارچ و شیر (کد ۵۴)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	مخلوط کره و آرد	۲۰ گرم	
۲	پیاز	۴۰ گرم	
۳	قارچ	۹۰ گرم	
۴	شیر	۵۰۰	
۵	هویج	۱۰ گرم	
۶	نخود فرنگی	۱۰ گرم	
۷	سبزیجات	۱۰ گرم	
۸	خامه	به مقدار کافی	
۹	ادویه	به مقدار کافی	
۱۰	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس سوپ ورمیشل (کد ۵۵)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	ورمیشل	۱۵ گرم	
۲	هویج	۲۰ گرم	
۳	جعفری	۵ گرم	
۴	آرد	۳ گرم	
۵	آبلیمو	به مقدار کافی	
۶	روغن	به مقدار کافی	
۷	گوچه فرنگی	۲۰ گرم	
۸	سیب زمینی	۳۰ گرم	
۹	پیاز	۱۵ گرم	
۱۰	ادویه	به مقدار کافی	
۱۱	نان	یک قرص	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس ترشی (کد ۵۶)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	ترشی	۱۰۰ گرم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس حلیم با گوشت گوسفندی (کد ۵۷)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	گوشت گوسفندی	۵۰ گرم	
۲	گندم	۲۰۰ گرم	
۳	روغن	۱۰ گرم	
۴	دارچین و ادویه جات	به مقدار کافی	
۶	شکر	به مقدار کافی	
۷	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذائی برای یک پرس دلسترشیشه ای (کد ۵۸)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	دلستر	۳۳۰۰۰	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
--			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذائی برای یک پرس دوغ (کد ۵۹)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	دوغ	۲۵۰-۳۰۰۰۰	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده زولبیا و بامیه (کد ۶۰)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	زولبیا	۱۰۰ گرم	
۲	بامیه	۱۰۰ گرم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس شله زرد (کد ۶۱)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج	۵۰ گرم	
۲	شکر	۵۰ گرم	
۳	خلال بادام	۱۰ گرم	
۴	هل	به مقدار کافی	
۵	گلاب	به مقدار کافی	
۷	زعفران	به مقدار کافی	
۸	روغن	به مقدار کافی	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس شیر برنج (کد ۶۲)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	برنج	۵۰ گرم	
۲	شیر	۱۰۰ تا ۱۵۰ گرم	
۳	شکر	به مقدار لازم	
۴	هل	به مقدار کافی	
۵	گلاب	به مقدار کافی	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس کشک بادمجان (۶۳)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	بادمجان	۲۵۰ گرم	
۲	کشک پاستوریزه	۲۰ گرم	
۳	پیاز	۳۰ گرم	
۴	نعنا؛ سیر	به مقدار لازم	
۵	لیمو / نارنج	۱ عدد/نصف	
۶	گردو	۱۰ گرم	
۷	جعفری / فلفل سبز	۱۰ گرم	
۸	روغن	۱۵ گرم	
۹	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس کوکو سبزی (کد ۶۴)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	سبزیجات (تره/جعفری/گشنیز/شوید)	۱۰۰ گرم	
۲	زرشک	۱۰ گرم	
۳	تخم مرغ	۱ عدد	
۴	پیاز	۳۰ گرم	
۵	مغز گردوی خرد شده	۱۰ گرم	
۶	روغن	۱۰ گرم	
۷	آرد ، ادویه جات	به مقدار کافی	
۸	گوجه فرنگی	۱۰۰ گرم	
۹	قارچ	۵۰ گرم	
۱۰	لیمو ترش/نارنج	۱ عدد/نصف	
۱۱	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس خوراک کوکو سیب زمینی (کد ۶۵)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	سیب زمینی	۸۰ گرم	
۲	تخم مرغ	۱ عدد	
۳	نمک، فلفل	به مقدار لازم	
۴	روغن	۱۵ گرم	
۵	کاهو	۵۰ گرم	
۶	گوجه	۱۰۰ گرم	
۷	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۸	سس گوجه تک نفره	۱ عدد	
۹	زیتون	۳۰ گرم	
۱۰	نان	یک قرص	
	جمع مواد غذایی		
	سود پیمانکار ۱۷٪		
	-		
	جمع کل		

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس کوکوی مرغ (کد ۶۶)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	مرغ	۱۴۰ گرم	
۲	پیاز	۱۵ گرم	
۳	روغن	۱۵ گرم	
۴	تخم مرغ، زعفران، نمک فلفل	به مقدار لازم	
۵	سیب زمینی	۱۵۰ گرم	
۶	گوجه	۸۰ گرم	
۷	جعفری / فلفل سبز	۱۰ گرم	
۸	زیتون	۳۰ گرم	
۹	گل کلم	۱۰۰ گرم	
۱۰	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۱	سس گوجه	۱ عدد	
۱۲	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس میرزا قاسمی (کد ۶۷)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	بادمجان	۲۰۰ گرم	
۲	روغن	۱۰ گرم	
۳	نخمر مرغ	نیم عدد	
۴	گوچه	۸۰ گرم	
۵	سیر، ادویه جات	به مقدار لازم	
۶	پیاز	۷۰ گرم	
۷	عدس سبز	۴۰ گرم	
۹	جعفری	۲۰ گرم	
۱۰	زیتون	۳۰ گرم	
۱۱	لیمو ترش / نارنج	۱ عدد / نصف	
۱۲	نان	یک قرص	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده مواد غذایی برای یک پرس شیر (کد ۶۸)

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	شیر	۲۰۰	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان و انواع میوه						
ردیف	نوع میوه	وزن (گرم)	تعداد پرسیون سالانه	قیمت هر کیلو (ریال)	قیمت هر پرس میوه (ریال)	قیمت سالیانه (ریال)
۶۹	هلو انجیری درشت و مرغوب	۱۵۰				
۷۰	هلوی مرغوب	۱۵۰				
۷۱	زردآلوی مرغوب	۲۰۰				
۷۲	گیلاس درشت مرغوب	۱۵۰				
۷۳	شلیل مرغوب	۲۰۰				
۷۴	پرتقال مرغوب	۲۲۰				
۷۵	نارنگی مرغوب	۲۲۰				
۷۶	سیب مرغوب	۲۲۰				
۷۷	موز مرغوب	۲۰۰				
۷۸	انگور درشت و مرغوب	۱۵۰				
۷۹	هندوانه	۳۰۰				
۸۰	خربزه	۳۰۰				
۸۱	کیوی	۲۵۰				
۸۲	لیمو شیرین	۲۰۰				
۸۳	آلو زرد	۲۵۰				
۸۴	گلابی	۲۰۰				
۸۵	طالبی	۳۰۰				
۸۶	خرمالو	۲۲۰				
۸۷	آلبالو مرغوب	۱۵۰				
۸۸	توت فرنگی	۱۵۰				
۸۹	آلو قرمز	۲۵۰				
قیمت کل برای ۳۶۵ روز (ریال)						

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۱

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	پنیر	۱۰۰ گرم	
۲	خیار	۱ عدد متوسط	
۳	گوجه	۱ عدد متوسط	
۴	گردو	۵۰ گرم	
۵	شیر	۱ عدد تک نفره	
۶	نان	به مقدار لازم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۲

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	پنیر	۱۰۰ گرم	
۲	سبزی	جهت ۱ نفر	
۳	خرما	۷۰ گرم	
۴	نان	به مقدار لازم	
۵	شیر	۱ عدد تک نفره	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۳

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	پنیر	۱۰۰ گرم	
۲	خیار	۱ عدد متوسط	
۳	گوجه	۱ عدد متوسط	
۴	شیر	۱ عدد تک نفره	
۵	نان	به مقدار لازم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۴

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	پنیر	۱۰۰ گرم	
۲	کره	۲۵ گرم	
۳	گردو	۵۰ گرم	
۴	شیر	۱ عدد تک نفره	
۵	نان	به مقدار لازم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۵

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	تخم مرغ آبپز	۲ عدد	
۲	گوجه	۱ عدد متوسط	
۳	شیر	۱ عدد تک نفره	
۴	نان	به مقدار لازم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۶

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	کره	۲۵ گرمی ۲ عدد	
۲	عسل	۲۵ گرمی	
۳	گردو	۵۰ گرم	
۴	شیر	۱ عدد تک نفره	
۵	نان	به مقدار لازم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۷

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	کره	۲۵ گرم	
۲	مربا	۲۵ گرم	
۳	بیسکوئیت	۵۰ گرم	
۴	شیر	۱ عدد تک نفره	
۵	نان	به مقدار لازم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۸

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	پنیر	۳۰ گرم	
۲	حلوا شکری	۱۰۰ گرم	
۳	شیر طعم دار	۱ عدد تک نفره	
۵	نان	به مقدار لازم	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۹

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	بیسکوئیت یا کیک	۱۰۰ گرم	
۲	شیر طعم دار	۱ عدد تک نفره	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۱۰

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	خامه	۱۰۰ گرم	
۲	عسل	۲۵ گرم	
۳	گردو	۵۰ گرم	
۴	نان	به مقدار لازم	
۵	شیر	۱ عدد تک نفره	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			

جدول اوزان تشکیل دهنده پکیج صبحانه (نیمه شبی) شماره ۱۱

ردیف	مواد اولیه مورد نیاز	میزان خالص (آماده طبخ) برای یک پرس	قیمت (ریال)
۱	خامه طعم دار	۱۰۰ گرم	
۲	بیسکوئیت	۵۰ گرم	
۳	گردو	۵۰ گرم	
۴	نان	به مقدار لازم	
۵	شیر	۱ عدد تک نفره	
جمع مواد غذایی			
سود پیمانکار ۱۷٪			
-			
جمع کل			