

حملة من هنا | منيو رمضان 2024 كامل بصيغة pdf لوجبات الإفطار والحلويات والسحور

لنسخة من منيو رمضان لوجبات الإفطار والسحور والحلويات "من هنا".

منيو وجبات إفطار في رمضان

يمكننا أن نقترح عليكم بعض أنواع الوجبات المتنوعة التي يمكن طهيها في وجبات الإفطار، وسنبينها لكم من خلال التالي:

اليوم	منيو الإفطار
اليوم الأول	• صنوف المحشي (ورق عنب، بأذنان، كوسة) • رقاق باللحمة المفرومة • دجاج بقطع البصل والطماطم في صينية بالفرن • شوربة لسان عصفور • سلطة الزبادي
اليوم الثاني	• مكرونة بالبشاميل • صينية قطع لحم بالبصل قطائف أو سمبوسك محشوة باللحم المفروم أو الجبن • سلطة خضراء
اليوم الثالث	• كشك ملوخية • دجاج محمرة • شوربة لسان عصفور • سلطة خضراء
اليوم الرابع	• من الممكن إعادة تناول الطعام المتبقي من اليوم الأول: المحشي (طريقة ورق العنب بدبس الرمان) • السمبوسك باللحم المفروم • سلطة التبولة
اليوم الخامس	• أرز كبسة بالدجاج • شوربة كريمية الدجاج • سلطة الفتوش
اليوم السادس	• أرز معمر بالببط • سلطة خضراء • شوربة لسان عصفور

• طاجن الكاليماري بالخضار • أرز بالبصل • سلطة خضراء	اليوم السابع
• مسقعة باللحم المفروم • البشاميل • كبيبة البطاطس • سلطة الزبادي	اليوم الثامن
• دجاج مشوي • بطاطس محمرة • رقاق باللحم المفروم • سلطة خضراء وسلطة الطحينة	اليوم التاسع
• فتة شاروما • الثومية • سلطة الفتوش	اليوم العاشر
• أرز بالشعرية • طاجن خضار باللحم (تورلي) • سلطة خضراء • شوربة لسان عصفور	اليوم الـ11
• مكرونة بالصلصة الحمراء • صينية كفتة بالطحينة والليمون • سلطة التبولة	اليوم الـ12
• كوسة بالزبادي • أرز بالشعرية • سلطة خضراء • صدور بانية مقلية	اليوم الـ13
• بيتزا المكرونة بالدجاج • سلطة يونانية • شوربة الطماطم	اليوم الـ14
• صدور الفراخ بالثوم والليمون • أرز بالمكسرات • سلطة الزبادي • سلطة الحمص	اليوم الـ15
• طاجن الحمام بالفريك • سلطة خضراء • شوربة لسان عصفور	اليوم الـ16

● الدجاج المحشي بالأرز ● سلطة خضراء ● شوربة لسان عصفور	اليوم الـ17
● الثومية ● بطاطس محمرة بالجبن ● سلطة فتوش	اليوم الـ18
● سمك مقلي ● سلطة بابا غنوج ● أرز بالبصل ● سلطة طحينة	اليوم الـ19
● صينية بطاطس بالدجاج ● أرز بالشعرية ● سلطة خضراء ● شوربة كريمة الدجاج	اليوم الـ20
● دجاج ناجتس ● قطائف محشوة بالجبن ● سمبوسك باللحمة المفرومة ● كبيبة اللحم ● بطاطس محمرة ● سلطة زبادي ● سلطة البطاطس باليقدونس	اليوم الـ21
● كفتة مشوية ● مكرونة بالصلصة الحمراء ● سلطة الحمص ● سلطة خضراء	اليوم الـ22
● مكرونة نجرسكو ● صينية صدور بانية بالكريمة والمشروم ● سلطة فتوش	اليوم الـ23
● مكرونة مبكبة بالدجاج ● سلطة خضراء ● شوربة البصل	اليوم الـ24
● كتف بتلو مع أرز بالمكسرات ● سلطة طحينة ● سلطة خضراء ● شوربة سادة	اليوم الـ25

اليوم 26	• سكالوب البطاطس • شوربة الحمص مع الخضروات • سلطة المكدوس السورية
اليوم 27	• دجاج تندوري • أرز بسمتي • سلطة خضراء مبشورة مع الثوم • شوربة كريمية الفطر
اليوم 28	• تناول ما تبقى من الكتف البتلو • أرز بالخلطة • سلطة خضراء
اليوم 29	• جلاش بالخضروات والبسطرمة • بطاطس محمرة • قطائف محشوة بالجبن • سلطة الزبادي
اليوم 30	• كشري • سلطة خضراء

منيو حلويات رمضان

يمكننا أن نلخص مجموعة من الحلويات عبر النقاط التالي، ومها يمكنكم تحضير أنواع مختلفة في أيام رمضان، وهي:

- اليوم الأول: كنافة بالكريمة أو بقلوة بالمكسرات.
- اليوم الثاني: قطايف بالمكسرات.
- اليوم الثالث: مهلبية.
- اليوم الرابع: كنافة بالمانجو.
- اليوم الخامس: سلطة الفواكه بالمكسرات.
- اليوم السادس: قطايف بالعجوة.
- اليوم السابع: كريم كراميل.
- اليوم التاسع: كاسات كناف.
- اليوم العاشر: مهلبية قمر الدين.
- اليوم الحادي عشر: كنافة بالشيكولاتة.
- اليوم الثاني عشر: سلطة فواكه.
- اليوم الثالث عشر: باستا فلورا.
- اليوم الرابع عشر: جلاش بالمكسرات.

- اليوم الخامس عشر: بسبوسة بالقشطة.
- اليوم السادس عشر: كنافة بالنوتيل.
- اليوم السابع عشر: بلح الشام.
- اليوم الثامن عشر: كنافة بالجنية.
- اليوم التاسع عشر: كرات التمر بالشيكولاتة.
- اليوم العشرون: لفائف الكنافة بالقشطة.
- اليوم الحادي والعشرون: كنافة بالكراميل.
- اليوم الثاني والعشرون: وافل بالشيكولاتة.
- اليوم الثالث والعشرون: كيك بالشيكولاتة.
- اليوم الرابع والعشرون: قطايف بالكاستر.
- اليوم الخامس والعشرون: بسبوسة اللوز.
- اليوم السادس والعشرون: أم علي بالمكسرات.
- اليوم السابع والعشرون: بقلوة بالقشطة.
- اليوم الثامن والعشرون: تشيز كيك.
- اليوم التاسع والعشرون: سميد بالفتق.
- اليوم الثلاثون: بودينج بالشيكولاتة.

منيو سحور رمضان

يمكننا حصر بعض من أنواع الطعام التي يستحب تناولها في السحور ولا تسبب العطش، وسنذكرها من خلال النقاط التالية:

- بيض مسلوق أو مقلي.
- طبق البيض بالمشروم.
- جبنة فيتا قليلة الملح.
- خضراوات متنوعة سواء خيار أو طماطم أو خس وغيره.
- بيض بالبسطرمة.
- شكشوكة.
- طبق عجة البيض.
- الفول المدمس.
- الفول المدمس بالزبدة.
- الزبادي.
- السلطة المصري.
- سلطة الفواكه.