

Eat Right...

apf
Atchayapathra Foods

...On-Time

ANJARAI PETTI MONTHLY MENU

FEB 2021

₹ 2,400

(INCLUSIVE OF 5% GST)



CORPORATE OFFICE:

FLAT NO. 5, THEPPAKULAM, NEAR SBI BANK,
ANUPPANADI, TAMIL NADU 625009.

☎ Subscription Call Now:

6385788401, 6383201274

FACTORY OFFICE:

SURVEY NO. 31/ 2A, PLOT NO.2, SATHIYA NAGAR,
MGR NAGAR EXTENSION, ANUPPANADI, MADURAI - 625009.

MENTI

WEEK-1

DATE	MAIN COURSE	DISH 1	DISH 2	DISH 3	DISH 4	DISH 5	DISH 6
01-FEB-2021	Rice சாதம்	Pumpkin Sambar பூசணிக்காய் சாம்பார்	Lime Rasam லெமன் ரசம்	Mor மோர்	Snake Gourd Poriyal புடலங்காய் பொரியல்	Potato Kara Curry உருளை காரகறி	Fryums வடகம்
02-FEB-2021	Rice சாதம்	Parupu Urundai Kuzhambu பருப்பு உருண்டை குழம்பு	Tomato Pepper Rasam தக்காளி மிளகு ரசம்	Mor மோர்	Amaranth Kootu தண்டங்கீரை கூட்டு	Beet-root Poriyal பீட்-ரூட் பொரியல்	Fryums வடகம்
03-FEB-2021	Rice சாதம்	Radish Sambar முள்ளங் கிசாம்பார்	Ginger Rasam இஞ்சி ரசம்	Mor மோர்	Mixed Veg Poriyal கலவை வெஜ் பொரியல்	Yam Masala சேனை மசாலா	Fryums வடகம்
04-FEB-2021	Rice சாதம்	Bindi Puli Kuzhambu வெண்டைக்காய் புளிக்குழம்பு	Garlic Rasam பூண்டு ரசம்	Mor மோர்	Carrot Poriyal கேரட் பொரியல்	Chow Chow Kootu சௌ சௌ கூட்டு	Fryums வடகம்
05-FEB-2021	Rice சாதம்	Drumstick Sambar முருங்கைக்காய் சாம்பார்	Tomato Rasam தக்காளி ரசம்	Mor மோர்	Raw Banana Masala வாழைக்காய் மசாலா	Gobi Fry காளிஃப்ளவர் வறுவல்	Fryums & Pasi Parupu Payasam வடகம் & பாசிப்பருப்பு பாயாசம்
06-FEB-2021	Rice சாதம்	Lima Beans Brinjal Puli Kuzhambu மொச்சை கத்திரிக்காய் புளிக்குழம்பு	Lime Rasam லெமன் ரசம்	Mor மோர்	Kovakai Masala கோவைக்காய் மசாலா	Amaranth Kootu தண்டங்கீரை கூட்டு	Kara Vada காரவடை
07-FEB-2021	Rice சாதம்	Nookal Sambar நூக்கல் சாம்பார்	Pepper Rasam மிளகு ரசம்	Mor மோர்	Cabbage Poriyal கோஸ் பொரியல்	Bindi Masala வெண்டைக்காய் மசாலா	Fryums வடகம்

MENTI

WEEK-2

DATE	MAIN COURSE	DISH 1	DISH 2	DISH 3	DISH 4	DISH 5	DISH 6
08-FEB-2021	Rice சாதம்	Kadamba Sambar கதம்ப சாம்பார்	Lime Rasam லெமன் ரசம்	Mor மோர்	Lima Beans Tomato Masala மொச்சை தக்காளி மசாலா	Carrot Poriyal கேரட் பொரியல்	Fryums வடகம்
09-FEB-2021	Rice சாதம்	Brinjal Puli Kuzhambu கத்திரிக்காய் புளிக்குழம்பு	Mysore Dal Rasam மைசூர் பருப்பு ரசம்	Mor மோர்	Potato Pudhinaputtu பதினா உருளை புட்டு	Chow Chow Kootu சௌசௌ கூட்டு	Fryums வடகம்
10-FEB-2021	Rice சாதம்	Turnip Sambar டர்னிப் சாம்பார்	Tomato Rasam தக்காளி ரசம்	Mor மோர்	Amaranth Kootu தண்டங் கீரை கூட்டு	Beetroot Poriyal பீட்ரூட் பொரியல்	Fryums வடகம்
11-FEB-2021	Rice சாதம்	Drumstick Sambar முருங்கக்காய் சாம்பார்	Ginger Rasam இஞ்சி ரசம்	Mor மோர்	Ridge Gourd Masala பீர்கங்காய் மசாலா	Beans Carrot Poriyal பட்டாணி கேரட் பொரியல்	Fryums வடகம்
12-FEB-2021	Rice சாதம்	Chickpea Puli Kuzhambu கொண்டக்கடலை புளிக்குழம்பு	Horse Gram Rasam கொள்ளு ரசம்	Mor மோர்	Potato Fry உருளைக்கிழங்கு பிரை	Snake Gourd Usili புடலங்காய் உசிலி	Fryums & Sago Payasam வடகம் & ஜவ்வரிசி பாயாசம்
13-FEB-2021	Rice சாதம்	Nookal Sambar நூக்கல் சாம்பார்	Lime Rasam லெமன் ரசம்	Mor மோர்	Cabbage Poriyal கோஸ் பொரியல்	Bindi Puli Kootu வெண்டைக்காய் புளிக்கூட்டு	Onion Vada வெங்காயவடை
14-FEB-2021	Rice சாதம்	Garlic Puli kuzhambu பூண்டு புளிக்குழம்பு	Mysore Dal Rasam மைசூர் பருப்பு ரசம்	Mor மோர்	Amaranth Kootu தண்டங் கீரை கூட்டு	Mixed Veg Poriyal கலவை வெஜ் பொரியல்	Fryums வடகம்

MENTI

WEEK-3

DATE	MAIN COURSE	DISH 1	DISH 2	DISH 3	DISH 4	DISH 5	DISH 6
15-FEB-2021	Rice சாதம்	Snake Gourd Sambar புடலங்காய் சாம்பார்	Pepper Rasam மிளகு ரசம்	Mor மோர்	Bitter Ground Puli Pacchadi	Beet-root Poriyal பீட்-ரூட் பொரியல்	Fryums வடகம்
16-FEB-2021	Rice சாதம்	Black Cowpea Kuzhambu கருப்பு சுண்டல் குழம்பு	Dal Rasam பருப்பு ரசம்	Mor மோர்	Cabbage Poriyal கோஸ் பொரியல்	Snake Gourd Kootu புடலங்காய் கூட்டு	Fryums வடகம்
17-FEB-2021	Rice சாதம்	Turnip Sambar டர்னிப் சாம்பார்	Mint Rasam புதினா ரசம்	Mor மோர்	Amarnath Kootu தண்டங்கீரை கூட்டு	Kovakai Masala கோவைக்காய் மசாலா	Fryums வடகம்
18-FEB-2021	Rice சாதம்	Pakkoda Kuzhambu பக்கோடா குழம்பு	Horse Gram Rasam கொள்ளு ரசம்	Mor மோர்	Bottle Gourd Kootu சுரைக்காய் கூட்டு	Beans Carrot Poriyal பட்டாணி கேரட் பொரியல்	Fryums வடகம்
19-FEB-2021	Rice சாதம்	Bindi Sambar வெண்டைக்காய் சாம்பார்	Tomato Rasam தக்காளி ரசம்	Mor மோர்	Ash gourd Puli Kootu பூசணிக்காய்புளிக் கூட்டு	Raw Banana Fry வாழைக்காய் வறுவல்	Fryums & Semiya Payasam
20-FEB-2021	Rice சாதம்	Kadamba Puli kuzhambu கதம்ப புளிக்குழம்பு	Mysore Dal Rasam மைசூர் பருப்பு ரசம்	Mor மோர்	Potato Peas Masala பட்டாணி உருளை மசாலா	Chow Chow Kootu சௌ சௌ கூட்டு	Onion Vada வெங்காய வடை
21-FEB-2021	Rice சாதம்	Brinjal Sambar கத்திரிக்காய் சாம்பார்	Lime Rasam லெமன் ரசம்	Mor மோர்	Yam Lima Beans Masala சேனை மொச்சை மசாலா	Amarnath Kootu தண்டங்கீரை கூட்டு	Fryums வடகம்

MENTI

WEEK - 4

DATE	MAIN COURSE	DISH 1	DISH 2	DISH 3	DISH 4	DISH 5	DISH 6
22-FEB-2021	Rice சாதம்	Pumbkin Sambar பூசணிக்காய் சாம்பார்	Ginger Rasam இஞ்சி ரசம்	Mor மோர்	Amaranth Leaves Kootu அரைக்கீரை கூட்டு	Cowpeas Masala தட்டாம்பயறு மசாலா	Fryums வடகம்
23-FEB-2021	Rice சாதம்	Drumstick Kuzhambu முருங்கக்காய் புளிக்குழம்பு	Horse Gram Rasam கொள்ளு ரசம்	Mor மோர்	Tapioca Masala மரவல்லி மசாலா	Snake Gourd Poriyal புடலங்காய் பொரியல்	Fryums வடகம்
24-FEB-2021	Rice சாதம்	Snake Gourd Sambar புடலங்காய் சாம்பார்	Pepper Rasam மிளகு ரசம்	Mor மோர்	Chow Chow Kootu சௌ சௌ கூட்டு	Bindi Masala வெண்டைக்காய் மசாலா	Fryums வடகம்
25-FEB-2021	Rice சாதம்	Puli Kuzhambu புளிக்குழம்பு	Tomato Rasam தக்காளி ரசம்	Mor மோர்	Tropical Amaranth Dal Kootu சிறுக்கீரை பருப்பு கூட்டு	Cabbage Carrot Poriyal கோஸ்கேரட் பொரியல்	Fryums வடகம்
26-FEB-2021	Rice சாதம்	Brinjal Drumstick Sambar கத்திரிக்காய் முருங்கை சாம்பார்	Mint Rasam புதினா ரசம்	Mor மோர்	Bottle Gourd Dal Kootu சுரைக்காய் கூட்டு	Gobi Fry காளிஃப்ளவர் வறுவல்	Fryums & Pasi Parupu Payasam வடகம் & பாசிப்பருப்பு பாயாசம்
27-FEB-2021	Rice சாதம்	Vathal Puli Kuzhambu வத்தல் புளிக்குழம்பு	Dal Rasam பருப்பு ரசம்	Mor மோர்	Potato Pudhina Puttu புதினா உருளைபுட்டு	Cauliflower Masala காளிஃப்ளவர் மசாலா	Mysore Bonda மைசூர் போண்டா
28-FEB-2021	Rice சாதம்	Radish Sambar முள்ளங்கி சாம்பார்	Ginger Rasam இஞ்சி ரசம்	Mor மோர்	Meal-maker Poriyal மீல்-மேக்கர் பொரியல்	Cabbage Kottu கோஸ்கூட்டு	Fryums வடகம்