



NOVEMBER 2022

only Vegetarian



Traditional Taste



**மீஸ்சு
பரகாசு**

Feel Rich



www.atchayapathrafoods.com 🔍

Factory Office

Survey No. 31/ 2A, Plot No.2,
Sathiya Nagar, MGR Nagar Extension,
Anuppanadi, Madurai - 625009.

Corporate Office

#229, 2nd Floor,
Elysium Campus, Church Road,
Anna Nagar, Madurai - 625020.



SUBSCRIPTION CALL NOW!

6385788401,6383201274

MENU

WEEK - 1

Eat Right...

...On-Time

Date	Days	Main Course ¹	Main Course ²	Side Dish ¹	Side Dish ²	Side Dish ³
01 Nov-2022	Tuesday	Coriander Rice மல்லி சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Raw Banana Podimas வாழைக்காய் பொடிமாஸ்	Chow Chow Paruppu Kottu சௌ சௌ பருப்புக்கூட்டு	Fryums வடகம்
02 Nov-2022	Wednesday	Lemon rice லெமன் சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Cabbage Poriyal கோஸ் பொரியல்	BindiPuli Kootu வெண்டைக்காய் புளிக் கூட்டு	Fryums வடகம்
03 Nov-2022	Thursday	Bisibela bath பிஸிபெலாபாத்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Amarnath Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	Spicy Potato Curry உருளைகாரகறி	Fryums வடகம்
04 Nov-2022	Friday	Mushroom biryani காளான் பிரியாணி	Curd Rice தயிர் சாதம்	Raitha ரைத்தா	Yam Fry சேனை ப்ரை	Fryums & Javarisi Payasam வடகம் ஜவ்ரிசி பாயாசம்
05 Nov-2022	Saturday	Spl Puliiodrai Spl புளியோதரை	Curd Rice தயிர் சாதம்	Sambar சாம்பார்	Oil Brinjal Poriyal எண்ணெய் கத்திரிக்காய் பொரியல்	Urad Dal Vada உளுந்து வடை
06 Nov-2022	Sunday	CURRY LEAVES RICE கறிவேப்பிலை சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Ashgourd Puli Kootu வெண் பூசணி புளி கூட்டு	Mealmaker Gravy மீல் மேக்கர் கிரேவி	Fryums வடகம்

Eat Right...

MENU

WEEK - 2

...On-Time

Date	Days	Main Course ¹	Main Course ²	Side Dish ¹	Side Dish ²	Side Dish ³
07 Nov-2022	Monday	Mint Rice புதினா சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Limebeas Masala poriyal மொச்சை மசாலா பொரியல்	Kerala Aviyal கேரளா அவியல்	Fryums வடகம்
08 Nov-2022	Tuesday	Dal Rice பருப்பு சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Spicy Potato Curry உருளைக்காரகறி	Chow Chow Puli Kootu சௌசௌ புளிக்கூட்டு	Fryums வடகம்
09 Nov-2022	Wednesday	Lemon rice லெமன் சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Sambar சாம்பார்	CABBAGE PORIYAL கோஸ் பொரியல்	Fryums வடகம்
10 Nov-2022	Thursday	CURRY LEAVES RICE கறிவேப்பிலை சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Beet-root Poriyal பீட்ரூட் பொரியல்	Yam Masala சேனை மசாலா	Fryums வடகம்
11 Nov-2022	Friday	Coriander Rice மல்லி சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Bindi Fry வெண்டைக்காய் வறுவல்	Snake gourd Puli Kootu புடலங்காய் புளிகூட்டு	Fryums & arisi Payasam வடகம்/அரிசி பாயாசம்
12 Nov-2022	Saturday	Spl Puliiodrai Spl புளியோதரை	Curd Rice தயிர் சாதம்	Amarnath Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	SweetPoosani Poriyal சக்கரைபூசணி பொரியல்	Paruppu Vada பருப்பு வடை
13 Nov-2022	Sunday	Tomata Rice தக்காளி சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Salna சால்னா	Bottle Gourd Puli Kottu சரைக்காய் புளிக்கூட்டு	Fryums வடகம்

Eat Right...

MENU

WEEK - 3

...On-time

Date	Days	Main Course ¹	Main Course ²	Side Dish ¹	Side Dish ²	Side Dish ³
14 Nov-2022	Monday	Garlic Dal Rice பூண்டு பருப்பு சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Ashgourd Paruppu Kootu பூசணி பருப்பு கூட்டு	Black Chickpea Masala கருப்புசண்டல் மசாலா	Fryums வடகம் + கேசரீ
15 Nov-2022	Tuesday	Pepper Rice மிளகு சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Kerala Aviyal கேரளா அவியல்	Beet-root Poriyal பீட்ரூட் பொரியல்	Fryums வடகம்
16 Nov-2022	Wednesday	Lemon rice லெமன் சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Sambar சாம்பார்	CABBAGE PORIYAL கோஸ் பொரியல்	Fryums வடகம்
17 Nov-2022	Thursday	CURRY LEAVES RICE கறிவேப்பிலை சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Raw Banana Podimas வாழைக்காய் பொடிமாஸ்	Ashgourd Milk Kootu வெண் பூசணி பால் கூட்டு	Fryums வடகம்
18 Nov-2022	Friday	Veg Briyani வெஜ் பிரியாணி	Curd Rice தயிர் சாதம்	Raitha ரைத்தா	Cauliflower Fry காலிபிளவர் ப்ரை	Fryums & Javarisi Payasam வடகம் ஜவ்ரிசி பாயாசம்
19 Nov-2022	Saturday	Coconut Rice தேங்காய் சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Limebeas Masala Poriyal மொச்சை மசாலா பொரியல்	Kuruma குருமா	Mysore Bonda மைசூர் போண்டா
20 Nov-2022	Sunday	PULI SATHAM புளி சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Brinjal Puli Kootu கத்திரிக்காய் புளி கூட்டு	Spicy Potato Curry உருளைகாரகறி	Fryums வடகம்



Eat Right...

MENU

WEEK - 4

...On-Time

Date	Days	Main Course ¹	Main Course ²	Side Dish ¹	Side Dish ²	Side Dish ³
21 Nov-2022	Monday	Mint Rice புதினா சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Bottle Gourd Paruppu Kottu சுரைக்காய் பருப்புக்கூட்டு	Beet-root Poriyal பீட்ரூட் பொரியல்	Fryums வடகம்
22 Nov-2022	Tuesday	Dal Rice பருப்பு சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Cowpea Masala poriyal தட்டாம்பயறு மசாலா பொரியல்	Ashgourd Puli Kootu வெண் பூசணி புளி கூட்டு	Fryums வடகம்
23 Nov-2022	Wednesday	Lemon rice லெமன் சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	BindiPuli Kootu வெண்டைக்காய் புளிக் கூட்டு	Sambar சாம்பார்	Fryums வடகம்
24 Nov-2022	Thursday	Coriander Rice மல்லி சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Amarnath Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	Chow Chow Paruppu Kottu செளசெள பருப்புக்கூட்டு	Fryums வடகம்
25 Nov-2022	Friday	Peas pulov பட்டாணி புலாவ்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Kuruma குருமா	POTATO Pepper Fry உருளை மிளகு பிரை	Fryums \ Paruppu Payasam வடகம் \ பாசிப்பருப்பு
26 Nov-2022	Saturday	CURRY LEAVES RICE கறிவேப்பிலை சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Brinjal puli Kootu கத்திரிக்காய் புளிக் கூட்டு	Sambar சாம்பார்	Kara Vada காரவடை
27 Nov-2022	Sunday	PULI SATHAM புளி சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Amarnath Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	White Sundal Poriyal வெள்ளை சுண்டல் பொரியல்	Fryums வடகம்



Eat Right...

MENU

WEEK - 5

...On-Time

apf
Atchayapathra Foods
- The Taste of Celebration -

Date	Days	Main Course ¹	Main Course ²	Side Dish ¹	Side Dish ²	Side Dish ³
28 Nov-2022	Monday	Curry Leaves Rice கறிவேப்பிலை சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Snake gourd Puli Kootu புடலங்காய் புளிகூட்டு	Beet-root Poriyal பீட்டுட் பொரியல்	Fryums வடகம்
29 Nov-2022	Tuesday	Coriander Rice மல்லி சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Raw Banana Podimas வாழைக்காய் பொடிமாஸ்	Chow Chow Paruppu Kottu சௌ சௌ பருப்புக்கூட்டு	Fryums வடகம்
30 Nov-2022	Wednesday	Lemon rice லெமன் சாதம்	Curd Rice தயிர் சாதம்	Cabbage Poriyal கோஸ் பொரியல்	BindiPuli Kootu வெண்டைக்காய் புளிக் கூட்டு	Fryums வடகம்

