

apf

Atchayapathra Foods
— The Taste of Celebration —



Traditional
Taste

Fresh
Veggies

Seasonal
Spices



MONTHLY LUNCH BOX MENU

MARCH 2023



only
Vegetarian



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.

www.atchayapathrafoods.com



SUBSCRIPTION CALL NOW!

6385788401, 6383201274

Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
01 Mar-2023	Bitter gourd Puli kuzhambu பாகற்காய் புளி குழம்பு	Horse gram Rasam கொள்ளுரசம்	Moor மோர்	Chow Chow Paruppu Kottu சௌசௌ பருப்புக்கூட்டு	Raw Banana Podimas வாழைக்காய் பொடிமாஸ்	Fryums வடகம்
02 Mar-2023	Garlic Kuzhambu பூண்டு குழம்பு	Lime Rasam லெமன்ரசம்	Moor மோர்	Stirred Cow pea தாளித்த தட்டாம்பயிறு	Carrot Poriyal கேரட் பொரியல்	Fryums வடகம்
03 Mar-2023	Aravai sambar அரவை சாம்பார்	Ginger Rasam இஞ்சிரசம்	Moor மோர்	Cauliflower Fry காலிபிளவர் ப்ரை	Bhindi Puli Kootu வெண்டைக்காய் புளி கூட்டு	Fryums/pasiparuppu Payasam வடகம் பாசிப்பருப்பு பாயாசம்
04 Mar-2023	Yam Puli kuzhambu கருணைக்கிழங்கு புளி குழம்பு	Garlic Rasam பூண்டுரசம்	Moor மோர்	Amaranth Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	Bottle Gourd Masala சுரைக்காய் மசாலா	Ulundu Vadaï உளுந்து வடை
05 Mar-2023	Brinjal & Drumstick Sambar கத்தரி முருங்கை சாம்பார்	Tomato Rasam தக்காளி ரசம்	Moor மோர்	Snake Gourd Poriyal புடலங்காய் பொரியல்	Yam Masala சேனை மசாலா	Fryums வடகம்

Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
06 Mar-2023	Bengal Gram Urundai Kuzhambu பருப்பு உருண்டை குழம்பு	Ginger Rasam இஞ்சிரசம்	Moor மோர்	Ash Gourd Milk Kootu வெண்பூசணி பால் கூட்டு	Kalavai veg poriyal கலவை வெஜ் பொரியல்	Fryums வடகம்
07 Mar-2023	Bhindi Sambar வெண்டை சாம்பார்	Pepper Rasam மிளகுரசம்	Moor மோர்	Ivy gourd Masala கோவைக்காய் மசாலா	Kose Poriyal கோஸ் பொரியல்	Fryums வடகம்
08 Mar-2023	Moong Beans & Brinjal Puli Kuzhambu பாசி பயறு கத்தரி புளி குழம்பு	Horse gram Rasam கொள்ளுரசம்	Moor மோர்	Raw Banana Poriyal வாழைக்காய் பொரியல்	Beetroot Masala பீட் ரூட் மசாலா	Fryums வடகம்
09 Mar-2023	Fenugreek kuzhambu வெந்தயக் குழம்பு	Dal Rasam பருப்புரசம்	Moor மோர்	Carrot poriyal கேரட் பொரியல்	Stirred Black Chick Pea தாளித்த சுண்டல்	Fryums வடகம்
10 Mar-2023	Raddish Sambar முள்ளங்கி சாம்பார்	Garlic Rasam பூண்டுரசம்	Moor மோர்	Bindhi Puli kootu வெண்டைக்காய் புளிக்கூட்டு	Yam Fry சேனை ப்ரை	Fryums / JAVVARISI PAYASAM வடகம் / ஜவ்வரிசி பாயாசம்
11 Mar-2023	Bitter Guard Puli kuzhambu பாகற்காய் புளி குழம்பு	Tomato Rasam தக்காளி ரசம்	Moor மோர்	Araikeerai Paruppu Kootu அரைக்கீரை பருப்பு கூட்டு	Kerala Aviyal கேரளா அவியல்	Mysore Bonda மைசூர் போண்டா
12 Mar-2023	Aravai sambar அரவை சாம்பார்	Mint Rasam புதினா ரசம்	Moor மோர்	Urulai kara kari உருளை கார கறி	Snake Gourd Poriyal புடலங்காய் பொரியல்	Fryums வடகம்

Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
13 Mar-2023	Ennai Brinjal kuzhambu எண்ணெய் கத்தரி குழம்பு	Dal Rasam பருப்பு ரசம்	Moor மோர்	Beet root Poriyal பீட் ரூட் பொரியல்	Chow Chow paruppu Kootu செள செள பருப்பு கூட்டு	Fryums வடகம்
14 Mar-2023	Nookal carrot sambar நூக்கல் கேரட் சாம்பார்	Pepper Rasam மிளகுரசம்	Moor மோர்	Moong bean Brinjal masala பாசி பயிறு கத்தரி மசாலா	Bitter guard puli kootu பாகற்காய்புளி க்கூட்டு	Fryums வடகம்
15 Mar-2023	Yam Puli kuzhambu கருணைக்கிழங்கு புளி குழம்பு	Horse gram Rasam கொள்ளுரசம்	Moor மோர்	Amaranth Kootu தண்டங்கீரை கூட்டு	Carrot Kosambari கேரட் கோசம்பரி	Fryums வடகம்
16 Mar-2023	Kara kuzhambu கார குழம்பு	Tomato Rasam தக்காளி ரசம்	Moor மோர்	Tapico Poriyal மரவல்லி பொரியல்	Ash gourd Milk Kootu வெண்பூசணி பால் கூட்டு	Fryums வடகம்
17 Mar-2023	Chow Chow sambar செள செள சாம்பார்	Lime Rasam லெமன்ரசம்	Moor மோர்	Tomato paruppu Kootu தக்காளி பருப்பு கூட்டு	Raw Banana Fry வாழைக்காய் ப்ரை	FRYUMS/ SEMIYA PAYASAM வடகம்/ சேமியா பாயசம்
18 Mar-2023	ChickPea Puli kuzhambu சுண்டல் புளி குழம்பு	Garlic Rasam பூண்டுரசம்	Moor மோர்	Bhindi porial வெண்டைக்காய்பொரியல்	Urulai Kara Kari உருளை கார கறி	Paruppu Vada பருப்பு வடை
19 Mar-2023	Bhindi sambar வெண்டை சாம்பார்	Ginger Rasam இஞ்சிரசம்	Moor மோர்	Snake Gourd Poriyal புலங்காய் பொரியல்	Brinjal sundal Puli kootu கத்தரி சுண்டல் புளி க்கூட்டு	Fryums வடகம்

Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
20 Mar-2023	Mango vathal kuzhambu மாவத்தல் குழம்பு	Mint Rasam புதினா ரசம்	Moor மோர்	Beetroot poriyal பீட் ரூட் பொரியல்	Urulai Milk Kootu உருளை பால் கூட்டு	Fryums வடகம்
21 Mar-2023	Kadhamba Sambar கதம்ப சாம்பார்	Pepper Rasam மிளகுரசம்	Moor மோர்	Tapico Masala மரவல்லி மசாலா	Bhindi puli kootu வெண்டைக்காய் புளிக்கூட்டு	Fryums வடகம்
22 Mar-2023	Bitter gourd Puli kuzhambu பாகற்காய் புளி குழம்பு	Horse gram Rasam கொள்ளுரசம்	Moor மோர்	Stirred Cow pea தாளித்த தட்டாம்பயிற்று	Snake Gourd Poriyal புடலங்காய் பொரியல்	Fryums வடகம்
23 Mar-2023	Fenugreek kuzhambu வெந்தயக் குழம்பு	Ginger Rasam இஞ்சிரசம்	Moor மோர்	Raw Banana Podimas வாழைக்காய் பொடிமாஸ்	Chow Chow paruppu Kootu சௌ சௌ பருப்பு கூட்டு	Fryums வடகம்
24 Mar-2023	Aravai sambar அரவை சாம்பார்	Lime Rasam லெமன்ரசம்	Moor மோர்	Potato Chops உருளை சாப்ஸ்	Bottle Gourd Puli Kootu சுரைக்காய் புளிக்கூட்டு	Fryums/pasiparuppu Payasam வடகம் பாசிப்பருப்பு பாயாசம்
25 Mar-2023	Yam Puli kuzhambu கருணைக்கிழங்கு புளி குழம்பு	Garlic Rasam பூண்டுரசம்	Moor மோர்	Araikeerai Paruppu Kootu அரைக்கீரை பருப்பு கூட்டு	Carrot Poriyal கேரட் பொரியல்	Ulundu Vadai உளுந்து வடை
26 Mar-2023	Brinjal & Drumstick sambar கத்தரி முருங்கை சாம்பார்	Tomato Rasam தக்காளி ரசம்	Moor மோர்	Ivy gourd poriyal கோவைக்காய் பொரியல்	Yam Masala சேனை மசாலா	Fryums வடகம்



Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
27 Mar-2023	Cowpeas Brinjal Pulikulambu தட்டாம்பயிடு கத்தரி புளி குழம்பு	Pepper Rasam மிளகுரசம்	Moor மோர்	Kose Poriyal கோஸ் பொரியல்	Nookul carrot kootu நூக்கல் கேரட்கூட்டு	Fryums வடகம்
28 Mar-2023	Raddish Sambar முள்ளங்கி சாம்பார்	Horse Gram Rasam கொள்ளு ரசம்	Moor மோர்	Bitter gourd puli kootu பாகற்காய்புளிக்கூட்டு	Ivy gourd masala கோவைக்காய் மசாலா	Fryums வடகம்
29 Mar-2023	Bengal Gram Urundai kuzhambu பருப்பு உருண்டை குழம்பு	Ginger Rasam இஞ்சிரசம்	Moor மோர்	Snake gourd poriyal புடலங்காய் பொரியல்	Ennai Kathiri Masala எண்ணெய் கத்தரி மசாலா	Fryums வடகம்
30 Mar-2023	Fenugreek kuzhambu வெந்தயக் குழம்பு	Dal Rasam பருப்பு ரசம்	Moor மோர்	Raw Banana paruppu kootu வாழைக்காய் பருப்பு கூட்டு	Amarnath Poriyal தண்டங்கீரை பொரியல்	Fryums வடகம்
31 Mar-2023	Chow Chow sambar சௌ சௌ சாம்பார்	Lime Rasam லெமன்ரசம்	Moor மோர்	Bhindi Puli kootu வெண்டைக்காய் புளிக்கூட்டு	Cauliflower fry காலி பிளார் ப்ரை	Fryums / Rava Payasam வடகம்/ரவா பாயாசம்

