

New Veg Weekly Meal Planner

DAY	LUNCH	DINNER
MONDAY	ROTI, RICE, BEANS KI SABZI & DAL	ROTI, ZEERA RICE, VEG 65 & DAL
TUESDAY	ROTI, RICE, ALU TAMATAR SABZI & DAL	ROTI, RICE, BRINJAL MASALA & DAL
WEDNESDAY	ROTI, RICE, TURAI KI SABZI & DAL	ROTI, RICE, CAULIFLOWER SABZI & DAL
THURSDAY	ROTI, RICE, CHOLE SABZI & DAL	ROTI, RICE, BHENDI SABZI & DAL
FRIDAY	ALU KHORMA, BHAGARA RICE (RICE DAY)	ROTI, RICE, PANEER SABZI & DAL
SATURDAY	ROTI, RICE, MIX VEG SABJI & DAL	VEG BIRYANI +RAITA (RICE DAY)
SUNDAY	HOLIDAY	

@ILOVEMUMMYSFOOD

Note: If you have subscribed to Standard or Premium plans then you will get additional items accordingly.

DAY	LUNCH	DINNER
MONDAY	ROTI, RICE, KADAI CHICKEN & DAL	ROTI, ZEERA RICE, CHICKEN 65 & DAL
TUESDAY	ROTI, RICE, DUM KA CHICKEN & DAL	ROTI, RICE, EGG MASALA & DAL
WEDNESDAY	ROTI, RICE, GRAVY CHICKEN & DAL	ROTI, RICE, GREEN CHICKEN & DAL
THURSDAY	ROTI, RICE, CHOLE SABZI & DAL	ROTI, RICE, KALI MIRCHI CHICKEN & DAL
FRIDAY	CHICKEN KORMA , BHAGARA RICE (RICE DAY)	ROTI, RICE, PANEER SABZI & DAL
SATURDAY	ROTI, RICE, SCRAMBLED EGG & DAL	CHICKEN BIRYANI + RAITA (RICE DAY)
SUNDAY	HOLIDAY	

@ILOVEMUMMYSFOOD

Note: If you have subscribed to Standard or Premium plans then you will get additional items accordingly.