



only Vegetarian

apf Atchayapathra Foods
- The Taste of Celebration -

MONTHLY LUNCH BOX MENU

JANUARY-2022



Seasonal Spices



Traditional Taste



Fresh Veggies



Factory Office

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

Corporate Office

Atchayapathra Foods Private Limited
Flat No. 5, Theppakulam,
(Near SBI Bank) Anuppanadi,
Madurai - 625009, Tamil Nadu.

www.atchayapathrafoods.com



SUBSCRIPTION CALL NOW! 6385788401, 6383201274



Eat Right...

apf
Atchayapathra Foods
- The Taste of Celebration -

MENU WEEK - 1

அஞ்சறை
பெட்டி
புண்பாணம்

...On-Time

Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
01 Jan-2022	Drumstick Kuzhambu முருங்கைக்காய் புளிக்கழம்பு	Lime Rasam லெமன் ரசம்	Mor மோர்	Spicy Potata Curry உருளைகாரகறி	Chow Chow Dal Kootu சௌசௌ பருப்புக்கூட்டு	Mysore Bonda மைசூர்போண்டா
02 Jan-2022	Radish Sambar முள்ளங்கிசாம்பார்	Dal Rasam பருப்புரசம்	Mor மோர்	Oil Brinjal Poriyal எண்ணெய்கத்திரிக்காய் பொரியல்	Cabbage Dal Kootu கோஸ் பருப்புக்கூட்டு	FRYUMS வடகம்
03 Jan-2022	PumbkinSambar பூசணிக்காய்சாம்பார்	Garlic Rasam பூண்டுரசம்	Mor மோர்	Raw Banana Podimas வாழைக்காய் பொடிமாஸ்	BindiPuli Kootu வெண்டைக்காய் புளிக்கூட்டு	FRYUMS வடகம்
04 Jan-2022	VathalPuliKuzhambu வத்தல்புளிக்கழம்பு	Tomato Rasam தக்காளிரசம்	Mor மோர்	Mealmaker Masala மீல் மேக்கர் மசாலா	Ashgourd Paruppu Kottu வெண்பூசணி பருப்புக்கூட்டு	FRYUMS வடகம்
05 Jan-2022	KadambaSambar கதம்பசாம்பார்	Tomato Pepper Rasam தக்காளி மிளகுரசம்	Mor மோர்	Carrot Poriyal கேரட் பொரியல்	Potato Milk Kootu உருளை பால்கூட்டு	FRYUMS வடகம்
06 Jan-2022	VathalPuliKuzhambu வத்தல்புளிக்கழம்பு	Horse gram Rasam கொள்ளுரசம்	Mor மோர்	Tropical Amaranth Dal Kootu சிநுக்கீரைபருப்புக்கூட்டு	Black Chickpea Masala கருப்புகண்டல் மசாலா	FRYUMS வடகம்
07 Jan-2022	Drumstick Sambar முருங்கைசாம்பார்	Mint Rasam புதினாரசம்	Mor மோர்	Beet-root Poriyal பீட்-ரூட் பொரியல்	Yam Masala சேனை மசாலா	Fryums& Paruppu Payasam வடகம் பாசிப்பருப்பு

www.atchayapathrafoods.com



SUBSCRIPTION CALL NOW!

6385788401, 6383201274

Eat Right...



MENU WEEK - 2



...On-Time

Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
08 Jan-2022	Radish Sambar முள்ளங்கிசாம்பார்	Dal Rasam பருப்புரசம்	Mor மோர்	Cowpea Masala தட்டாம்பயறு மசாலா	Kerala Aviyal கேரளா அவியல்	Kara Vada காரவடை
09 Jan-2022	Kadamba PuliKuzhambu கதம்புளிக்குழம்பு	Ginger Rasam இஞ்சிரசம்	Mor மோர்	Amarnath Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	White Sundal Masala வெள்ளை சுண்டல்மசாலா	FRYUMS வடகம்
10 Jan-2022	Aravai Sambar அரவைசாம்பார்	Lime Rasam லெமன் ரசம்	Mor மோர்	Snake gourd Kootu புடலங்காய் கூட்டு	Beet-root Poriyal பீட்-ரூட் பொரியல்	FRYUMS வடகம்
11 Jan-2022	Kadamba PuliKuzhambu கதம்புளிக்குழம்பு	Tomato Pepper Rasam தக்காளி மிளகுரசம்	Mor மோர்	Cabbage Poriyal கோஸ் பொரியல்	Mealmaker Masala மீல் மேக்கர் மசாலா	FRYUMS வடகம்
12 Jan-2022	Radish Sambar முள்ளங்கிசாம்பார்	Ginger Rasam இஞ்சிரசம்	Mor மோர்	Raw Banana Podimas வாழைக்காய் பொடிமாஸ்	Bitter Gourd Puli Pachadi பாகற்காய் புளி பச்சடி	FRYUMS வடகம்
13 Jan-2022	ParupuUrundaiKuzhambu பருப்பு உருண்டைகுழம்பு	Pepper Rasam மிளகுரசம்	Mor மோர்	Amarnath Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	Bindi Poriyal வெண்டைக்காய்பொரியல்	Fryums Sweet Pongal +வடகம் சக்கரை பொங்கல்
14 Jan-2022	PONGAL HOLIDAY					



Eat Right...



MENU WEEK - 3



...On-Time

Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
15 Jan-2022	PONGAL HOLIDAY					
16 Jan-2022	Drumstick Sambar முருங்கைசாம்பார்	Pepper Rasam மிளகுரசம்	Mor மோர்	Amarnath Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	Yam Poriyal சேனை பொரியல்	FRYUMS வடகம்
17 Jan-2022	PumbkinSambar பூசணிக்காய்சாம்பார்	Garlic Rasam பூண்டுரசம்	Mor மோர்	Spicy Potata Curry உருளைகாரகறி	Chow Chow Dal Kootu சௌசௌ பருப்புக்கூட்டு	FRYUMS வடகம்
18 Jan-2022	Kadamba PuliKuzhambu கதம்பபுளிக்குழம்பு	Tomato Rasam தக்காளிரசம்	Mor மோர்	Mealmaker Masala மீல் மேக்கர் மசாலா	Kerala Aviyal கேரளா அவியல்	FRYUMS வடகம்
19 Jan-2022	Aravai Sambar அரவைசாம்பார்	Pepper Rasam மிளகுரசம்	Mor மோர்	Amarnath Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	Cabbage Poriyal கோஸ் பொரியல்	FRYUMS வடகம்
20 Jan-2022	DrumstickPuliKuzhambu முருங்கைக்காய் புளிக்குழம்பு	Lime Rasam லெமன்ரசம்	Mor மோர்	Cowpea Masala தட்டாம்பயறு மசாலா	Bindi Puli Kootu வெண்டைக்காய் புளிகூட்டு	FRYUMS வடகம்
21 Jan-2022	Brinjal Sambar கத்திரிக்காய் சாம்பார்	Ginger Rasam இஞ்சிரசம்	Mor மோர்	Carrot Poriyal கேரட்பொரியல்	Tomato dall kootu தக்காளி பருப்புக்கூட்டு	Fryums & Rice Payasam வடகம் ரு அரிசிபாயாசம்



Eat Right...



MENU WEEK - 4



...On-Time

Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
22 Jan-2022	Yam Pulikuzhambu கருணை கிழங்கு புளிக்கழம்பு	Horse gram Rasam கொள்ளுரசம்	Mor மோர்	Oil Brinjal Poriyal எண்ணெய் கத்திரிக்காய் பொரியல்	Bottle Gourd Masala சுரைக்காய் மசாலா	Paruppu Vada பருப்பு வடை
23 Jan-2022	Radish Sambar முள்ளங்கிசாம்பார்	Tomato Pepper Rasam தக்காளிமிளகுரசம்	Mor மோர்	Amaranth Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	Potato Kara Curry உருளைகாரகறி	FRYUMS வடகம்
24 Jan-2022	Aravai sambar அரவை சாம்பார்	Lime Rasam லெமன்ரசம்	Mor மோர்	Spicy Potata Curry உருளைகாரகறி	Beet-root Poriyal பீட்-ரூட் பொரியல்	FRYUMS வடகம்
25 Jan-2022	ParuppuUrundaiKuzhambu பருப்பு உருண்டைகழம்பு	Tomato Pepper Rasam தக்காளிமிளகுரசம்	Mor மோர்	Carrot Poriyal கேரட் பொரியல்	Ashgourd Milk Kootu வெண் பூசணிகூட்டு	FRYUMS வடகம்
26 Jan-2022	Radish Sambar முள்ளங்கிசாம்பார்	Ginger Rasam இஞ்சிரசம்	Mor மோர்	Cabbage Poriyal கோஸ் பொரியல்	Bitter Gourd Puli Pachadi பாகற்காய் புளி பச்சடி	FRYUMS வடகம்
27 Jan-2022	Kadamba PuliKuzhambu கதம்பபுளிக்கழம்பு	Pepper Rasam மிளகுரசம்	Mor மோர்	Amaranth Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	Lima Beans Masala மொச்சை மசாலா	FRYUMS வடகம்
28 Jan-2022	BindiSambar வெண்டைக்காய்சாம்பார்	Tomato Rasam தக்காளிரசம்	Mor மோர்	Cabbaage Paruppu Kottu கோஸ் பருப்புக்கூட்டு	Mealmaker Masala மீல் மேக்கர்மசாலா	Fryums Semiya Javarasi payasam சேமியா ஜ்வரசி பாயசம்



Eat Right...



MENU

WEEK - 5



...On-Time

Date	Dish ¹	Dish ²	Dish ³	Dish ⁴	Dish ⁵	Dish ⁶
29 Jan-2022	CowpeasPuli Kuzhambu தட்டாம்பயறு குழம்பு	Dal Rasam பருப்புரசம்	Mor மோர்	Bindi Poriyal வெண்டைக்காய் பொரியல்	Amaranth Kootu தண்டங்கீரைகூட்டு	Urad dal Vada உளுந்து வடை
30 Jan-2022	Drumstick Sambar முருங்கைசாம்பார்	Pepper Rasam மிளகுரசம்	Mor மோர்	Oil Brinjal Poriyal எண்ணெய் கத்திரிக்காய் பொரியல்	Tomato dall kootu தக்காளி பருப்புக்கூட்டு	FRYUMS வடகம்
31 Jan-2022	VathalPuliKuzhambu வத்தல்புளிக் குழம்பு	Horse Gram Rasam கொள்ளுரசம்	Mor மோர்	Tropical Amaranth Dal Kootu சிறுக்கீரைபருப்புக்கூட்டு	Black Chickpea Masala கருப்புகண்டல் மசாலா	FRYUMS வடகம்

