

تشرين الثاني

ابتدائي

اختيارات يومية للفطور و الغداء
حبوب الإفطار متنوعة منخفضة السكر
بيتزا متنوعة
فواكه طازجة / عصير فواكه ١٠٠٪
الخضروات الطازجة
حليب متنوع قليل الدسم

عطلة الشتاء



This institution is an equal
opportunity provider



٣	٢	١			
١٠	٩	٨	٧	٦	
١٧	١٦	١٥	١٤	١٣	
٢٤	٢٣	٢٢	٢١	٢٠	
٣١	٣٠	٢٩	٢٨	٢٧	

الفطور
خبز البسكت بالزبدة

الغداء
ناشوز
سلطة مع دجاج (حلال)
فاصوليا سوداء متبلة بالبهارات المكسيكية

الفطور
خبز الفرنسي المحمص

الغداء
بيتزا بالجبنه
لفائف الخضار مع صلصة ساوث ويست
فاصوليا خضراء

الفطور
فطيرة زعتر و جبنة

الغداء
همبرغر (حلال)
ساندويتش الديك الرومي والجبنه
بروكلي مشوية

الفطور
دقيق الشوفان مع الخوخ

الغداء
قطع دجاج ناجت (حلال)
ساندويتش مربي و زبدة الشمس
البازلاء والذرة المتبلة

الفطور
فطيرة المغن بالتوت الأزرق

الغداء
نصف يوم

الفطور
بيض مخفوق بالجبنه مع خبز محمص

الغداء
خبز محشي بالجبنه
لفائف السبانخ و الفاصوليا السوداء
جزر مبخر

الفطور
فطيرة سكون بالقرفة

الغداء
بيتزا بالبيريوني (حلال)
طبق من الفاكهة والزبادي
الخضار المختلطة

الفطور
زبادي بالفانيليا مع بسكويت

الغداء
ناشوز
ساندويتش سلطة التونة
ذرة مبخرة

الفطور
فطيرة البانكيك مع لحم المقدد

الغداء
بطاطا مشوية بالجبن والبروكلي
سلطة
الخضار المختلطة

الفطور
لوح حبوب كوكو بافس

الغداء
ساندويتش دجاج (حلال)
حمص وخبز
بطاطا مقلية

الفطور
دقيق الشوفان مع صلصة التفاح

الغداء
دجاج مقرمش (حلال)
بارفيه بالزبادي الخوخ
الخضار المتبلة والمحمصة

الفطور
بطاطا و بيض

الغداء
بيتزا بالجبنه
سلطة دجاج بصلصة الباربيكيو (حلال)
فاصوليا خضراء

الفطور
دوائر القرفة

الغداء
أصابع سمك مع خبز
ساندويتش راب بالخضار و الرانش
البازلاء والذرة المتبلة

الفطور
خبز البيغل بالحبوب الكاملة

الغداء
كاساديا بالجبنه
ساندويتش الديك الرومي والجبنه
ذرة مكسيكية مبخرة

عطلة دراسية

MLK DAY

الفطور
بسكويت طري بالشوفان و الشوكولاتة

الغداء
معكرونة بالصلصة الفريديو و الخضار
ساندويتش سلايدرز الديك الرومي والجبنه
خليط الخضار الإيطالية

الفطور
وافل صغير بالتوت الأزرق

الغداء
بيتزا بالبيريوني (حلال)
سلطة مع دجاج بصلصة البفالو مع بسكويت
(حلال)
البازلاء والذرة المتبلة

الفطور
لوح حبوب تركس و حليب

الغداء
فطيرة البانكيك مع سق (حلال)
بارفيه بالزبادي الفراولة و البسكويت
بطاطا مقرمشة

الفطور
ساندويتش بسكت بالبيض والجبن

الغداء
دجاج بالبرتقال مع رز(حلال)
حمص وخبز
بروكلي مبخرة

الفطور
فطيرة مغن الموز

الغداء
همبرغر بالجبن (حلال)
ساندويتش مربي و زبدة الشمس
الخضار المختلطة

الفطور
بسكويت طري بالشوفان و الشوكولاتة

الغداء
معكرونة بالصلصة الفريديو و الخضار
ساندويتش سلايدرز الديك الرومي والجبنه
خليط الخضار الإيطالية

الفطور
وافل صغير بالتوت الأزرق

الغداء
بيتزا بالبيريوني (حلال)
سلطة مع دجاج بصلصة البفالو مع بسكويت
(حلال)
البازلاء والذرة المتبلة

الفطور
لوح حبوب تركس و حليب

الغداء
فطيرة البانكيك مع سق (حلال)
بارفيه بالزبادي الفراولة و البسكويت
بطاطا مقرمشة

الفطور
ساندويتش بسكت بالبيض والجبن

الغداء
دجاج بالبرتقال مع رز(حلال)
حمص وخبز
بروكلي مبخرة

الفطور
فطيرة مغن الموز

الغداء
همبرغر بالجبن (حلال)
ساندويتش مربي و زبدة الشمس
الخضار المختلطة

كل اللحوم حلال. القائمة عرضة للتغيير حسب توفير المنتجات وتعطل سلسلة التوريد