

# سبتمبر 2022 الإفطار والغداء من الصف السادس إلى الثامن

الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	ملاحظات
<p>29 أغسطس الإفطار فروودل التفاح-نباتي أو الوافل مع شراب-نباتي أو حبوب متنوعة-نباتي</p> <p>الغداء بيتزا بيروني تحتوي على لحم الخنزير أو بيتزا بالجبن-نباتي أو وجبة من اختيار الشيف الأطباق الجانبية سلطة الخضار الطازجة، قطعة صوص رانش، عيدان الكرفس فاكهة</p>	<p>30 أغسطس الإفطار شوكولاتة، رقائق شوكولاتة مافن-نباتي أو كوريكو بالبيض منزلي الصنع و بوريتو بالجبن-يحتوي على لحم خنزير أو حبوب متنوعة -نباتي</p> <p>الغداء بوريتو اللحم البقري الأخضر المخفوق أو بوريتو لحم بقري أو وجبة من اختيار الشيف الأطباق الجانبية فاصوليا بينتو، أرز إسباني، فاكهة</p>	<p>31 أغسطس الإفطار كرواسون مع فطيرة بالبيض و الجبن-نباتي أو كاساديا بالجبن مع شريحة لحم فخذ تحتوي على لحم الخنزير أو حبوب متنوعة -نباتي</p> <p>الغداء شريحة لحم ساليسبري أو قطع دجاج مقبلة أو وجبة من اختيار الشيف الأطباق الجانبية بطاطس مهروسة، المرق البني- تحتوي على لحم الخنزير، مزيج من خضروات كاليفورنيا، رول العشاء، فاكهة</p>	<p>1 الإفطار اختيار الشيف، فاكهة أو نقانق الإفطار مقبلة مع خبز التورتيا تحتوي على لحم الخنزير أو حبوب متنوعة-نباتي</p> <p>الغداء فطيرة فريتو مع رقائق الذرة أو اللحم الحار مع الفاصوليا أو وجبة من اختيار الشيف الأطباق الجانبية شرايح الخيار، صوص الرانش، ذرة على قطعة خبز، فاكهة</p>	<p>2 الإفطار حبوب متنوعة-نباتي زبادي راسبري-نباتي أو قطعة من أصابع التوست الفرنسية مع شراب-نباتي أو خبز الموز-نباتي</p> <p>الغداء باتي دجاج بالجبن أو باتي دجاج على خبز أو وجبة من اختيار الشيف الأطباق الجانبية خس مقطع، مايونيز، أصابع وافل من البطاطا الحلوة، كاتشب، بروكلي صور الرانش، فاكهة</p>	<p>يقدم من الاثنين إلى الجمعة للإفطار-عصير الفاكهة والحليب بالفواكه يقدم من الاثنين إلى الجمعة للغداء، انظر في قائمة مكونات الفاكهة</p>
<p>5 إجازة من المدرسة</p>	<p>6 إجازة من المدرسة يوم المعلمين أثناء الخدمة</p>	<p>7 الإفطار ميني باجل جبن بكريمة الفراولة-نباتي أو بار الإفطار هورميل يحتوي على لحم الخنزير ورقائق ديك وجبن أو حبوب متنوعة -نباتي</p> <p>الغداء إنشلادا بالجبن الأحمر-نباتي أو إنشلادا الدجاج الخضراء أو وجبة من اختيار الشيف الأطباق الجانبية فاصوليا مقبلة، شرائح الخيار صوص الرانش، بارفيه زبادي بلويري</p>	<p>8 الإفطار ميني سيني رول-نباتي أو بسكويت مع المرق مع باتي السجق أو حبوب متنوعة -نباتي</p> <p>الغداء إسباجيتي مع صوص اللحم أو دجاج ألفريدو مع توبست أو وجبة من اختيار الشيف الأطباق الجانبية سلطة خضراء طازجة، صوص الرانش، أصابع خبز، فاكهة</p>	<p>9 الإفطار حلقات حبوب الفاكهة-نباتي جو جورتن-نباتي أو أومليت الجبن مع خبز التورتيا-نباتي أو سينامون دالري للإفطار-نباتي</p> <p>الغداء من اختيار الشيف أو من اختيار الشيف أو وجبة من اختيار الشيف الأطباق الجانبية من اختيار الشيف فاكهة</p>	

"تفكر في التغذية لأن الأطفال لا يمكنهم التفكير بدونها"

قوائم الطعام عرضة للتغيير

"وزارة الزراعة الأمريكية هي مقدم خدمة، وصاحب عمل، ومقرض يعمل على أساس تكافؤ الفرص"

# سبتمبر 2022 الإفطار والغداء من الصف السادس إلى الثامن

الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	ملاحظات
<b>12 الإفطار</b> ميني فرنش توست-نباتي أو كاساديا جبن-نباتي أو حبوب متنوعة -نباتي <hr/> <b>الغداء</b> كورن دوج، خردل أو دوج الفلفل الحار أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> رانش الفاصوليا يحتوي على لحم خنزير، وافل فرايز البطاطا الحلوة، كاتشب، فواكه	<b>13 الإفطار</b> زبدة الفول السوداني والجيلي ساندوتش-نباتي أو بوريتو الفاصوليا صناعة منزلية-نباتي أو حبوب متنوعة -نباتي <hr/> <b>الغداء</b> لازانيا بالجبن-نباتي أو دجاج ألفريدو مع تويست أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> مزيج خضراوات إيطالية، سلطة خضراوات طازجة، صوص الرانش، شريحة خبز بالثوم، فواكه	<b>14 الإفطار</b> الإفطار: بيتزا نقائق الديك الرومي أو مافن إنجليزي مع فطيرة بيض و الجبن-نباتي أو حبوب متنوعة -نباتي <hr/> <b>الغداء</b> دجاج باليوسفي والبرتقال أو دجاج ترياي باربيكيو أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> أرز على البخار، خضار مقلي، شرائح الخيار، صوص الرانش، رول العشاء، كعك الحظ، فاكهة	<b>15 الإفطار</b> خبز الموز-نباتي أو دجاج ووافل مع شراب أو حبوب متنوعة -نباتي <hr/> <b>الغداء</b> بوريتو فاصوليا بالفلفل الأحمر المخفوق- نباتي أو بوريتو الفاصوليا-نباتي أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> سلطة خضراوات طازجة، صوص الرانش، فاكهة	<b>16 الإفطار</b> حبوب التفاح زينجز-نباتي، زيادي بلويري-نباتي أو بيض مخفوق، لحم مقدد-يحتوي على لحم خنزير والبسكويت أو فرودل الكرز-نباتي <hr/> <b>الغداء</b> سلوبي جو على رول أو قطعة دجاج حارة مع جبن على خبز كيزر أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> شرائح الخيار، صوص الرانش، بطاطس سمائلز، كاتشب، فواكه	
<b>19 الإفطار</b> ميني باجل جبن بكريمة الفراولة-نباتي أو خبز الكوسة-نباتي أو حبوب متنوعة -نباتي <hr/> <b>الغداء</b> لحم خنزير مسح-يحتوي على لحم خنزير على خبز كيزر، صوص باربيكيو أو كرات اللحم الإيطالية أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> فاصوليا مخبوزة-تحتوي على لحم خنزير، جزر صغير، صوص الرانش، فواكه	<b>20 الإفطار</b> ستيك لحم الخنزير-يحتوي على لحم خنزير أو لحم بقري صناعة منزلية، بطاطس، بوريتو فلفل أخضر حار وجبن" أو حبوب متنوعة -نباتي <hr/> <b>الغداء</b> تاكو لحم البقر أو تاكو الدجاج أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> صوص تاكو، فاصوليا مقلية، ذرة صفراء، فاكهة	<b>21 الإفطار</b> ميني وافل بالتوت الأزرق-نباتي أو أومليت مع كرواسون-نباتي أو حبوب متنوعة -نباتي <hr/> <b>الغداء</b> قطع الدجاج أو دبابيس الدجاج أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> بطاطس مهروسة، مرق بي يحتوي على لحم الخنزير، فاصوليا خضراء، رول العشاء، فواكه	<b>22 الإفطار</b> بسكويت مع سحبق ديك رومي وجبنة أو شيلاكوبل أحمر-نباتي أو حبوب متنوعة -نباتي <hr/> <b>الغداء</b> هوت دوج على خبز كيزر أو ميني كورن دوج أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> تاتر توتس، كاتشب، خردل فاصوليا رانش-تحتوي على لحم خنزير، أصابع جبنة موزاريلا، فواكه	<b>23 الإفطار</b> حبوب Lucky Charms-نباتي، جو جورت-نباتي أو بيض مصنوع بالمنزل وبوريتو بالجبن-نباتي أو ساندوتش فطائر النقائش-يحتوي على لحم خنزير <hr/> <b>الغداء</b> لحم الفخذ المحمص يحتوي على لحم الخنزير وساندوتش الجبن أو ساندوتش جبن على الجريل-نباتي أو وجبة من اختيار الشيف <b>الأطباق الجانبية</b> رقائق الشمس، بروكلي، جزر صغير، صوص الرانش، فاكهة	

"تفكر في التغذية لأن الأطفال لا يمكنهم التفكير بدونها"

قوائم الطعام عرضة للتغيير

"وزارة الزراعة الأمريكية هي مقدم خدمة، وصاحب عمل، ومقرض يعمل على أساس تكافؤ الفرص"

# سبتمبر 2022 الإفطار والغداء من الصف السادس إلى الثامن

ملاحظات	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين
	<p>30 الإفطار</p> <p>حبوب جراهام الذهبية-نباتي زبادي راسيري-نباتي</p> <p>أو</p> <p>قطعة من أصابع التوست الفرنسية مع شراب-نباتي</p> <p>أو</p> <p>خبز الموز-نباتي</p> <hr/> <p>الغداء</p> <p>باقي دجاج بالجبن</p> <p>أو</p> <p>باقي دجاج على خبز</p> <p>أو</p> <p>وجبة من اختيار الشيف</p> <p>الأطباق الجانبية</p> <p>خس مقطع، مايونيز، أصابع وافل من البطاطا الحلوة، كاتشب، بروكلي صور الرانش، فاكهة</p>	<p>29 الإفطار</p> <p>اختيار الشيف، فاكهة</p> <p>أو</p> <p>نقانق الإفطار مقلية مع خبز التورتيللا تحتوي على لحم الخنزير</p> <p>أو</p> <p>حبوب متنوعة -نباتي</p> <hr/> <p>الغداء</p> <p>فطيرة فريتو مع رقائق الذرة</p> <p>أو</p> <p>اللحم الحار مع الفاصوليا</p> <p>أو</p> <p>وجبة من اختيار الشيف</p> <p>الأطباق الجانبية</p> <p>شرائح الخيار، صوص الرانش، ذرة على قطعة خبز، فاكهة</p>	<p>28 الإفطار</p> <p>كرواسون مع فطيرة بالبيض و الجبن</p> <p>أو</p> <p>كاساديا بالجبن مع شريحة لحم فخذ- تحتوي على لحم الخنزير</p> <p>أو</p> <p>حبوب متنوعة -نباتي</p> <hr/> <p>الغداء</p> <p>شريحة لحم ساليسبري</p> <p>أو</p> <p>قطع دجاج مقلية</p> <p>أو</p> <p>وجبة من اختيار الشيف</p> <p>الأطباق الجانبية</p> <p>البطاطس المهروسة، المرقق البني-تحتوي على لحم الخنزير، مزيج من خضروات كاليفورنيا، رول العشاء، فاكهة</p>	<p>27 الإفطار</p> <p>شوكولاتة، رقائق شوكولاتة مافن</p> <p>أو</p> <p>كورييزو بالبيض منزلي الصنع و بوريتو بالجبن-يحتوي على لحم خنزير</p> <p>أو</p> <p>حبوب متنوعة -نباتي</p> <hr/> <p>الغداء</p> <p>بوريتو اللحم البقري الأخضر المخفوق</p> <p>أو</p> <p>بوريتو لحم بقري</p> <p>أو</p> <p>وجبة من اختيار الشيف</p> <p>الأطباق الجانبية</p> <p>فاصوليا بينتو، أرز إسباني، فاكهة</p>	<p>26 الإفطار</p> <p>فرودل التفاح-نباتي</p> <p>أو</p> <p>الوافل مع شراب-نباتي</p> <p>أو</p> <p>حبوب متنوعة -نباتي</p> <hr/> <p>الغداء</p> <p>بيتزا بيروني-تحتوي على لحم الخنزير</p> <p>أو</p> <p>بيتزا بالجبن-نباتي</p> <p>أو</p> <p>وجبة من اختيار الشيف</p> <p>الأطباق الجانبية</p> <p>سلطة خضروات طازجة، صوص الرانش</p>



"تفكر في التغذية لأن الأطفال لا يمكنهم التفكير بدونها"

قوائم الطعام عرضة للتغيير

"وزارة الزراعة الأمريكية هي مقدم خدمة، وصاحب عمل، ومقرض يعمل على أساس تكافؤ الفرص"