

الإفطار والعشاء خلال شهر نوفمبر 2022 للصف K-5

الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	ملاحظات
31 أكتوبر ميني وافلز بالتوت الأزرق-خبثاتي ~ أصابع اللحم، بطاطس مهروسة، مرقة بنية اللون، خسروات من مزيج الريف، بسكويت، فواكه	1 مافن إنجليزي مع فطيرة بيض وجبن-خبثاتي ~ فاهيتا الدجاج، شرائح الخيار، صوص الرانش، فاصوليا، فواكه	2 مافن الموز-خبثاتي ~ دجاج ترياكي مشوي، جزر صغير، أعواد كرفس، صوص الرانش، كعكة الحظ، فواكه	3 شريحة خبز بالتوت-خبثاتي ~ شورية كرات اللحم مع الليمون، أزهار البروكلي، صوص الرانش، لفائف، فواكه	4 حبوب مقرمشة بالقرقة زبادي بالفراولة والموز-خبثاتي ~ بوريتو نباتي محلي الصنع، ذرة صفراء، صوص الرانش، سلطة خسروات طازجة، صلصة حارة، فواكه	يقدم من الاثنين إلى الجمعة للإفطار - عصير الفاكهة، فواكه، حليب يقدم من الاثنين إلى الجمعة للعشاء - حليب، طالع القائمة للتعرف على الفاكهة
7 تفاح-خبثاتي ~ بيتزا ببيروني-يحتوي على لحم الخنزير، سلطة خسروات طازجة، صوص الرانش، أعواد كرفس، جزر صغير، أعواد البقسماط، فواكه	8 بار الغرانولا والشوفان بالعسل-خبثاتي ~ حساء لحم الخنزير-يحتوي على لحم الخنزير، ليمون، ملفوف مبشور، فاصوليا، شرائح الخيار، صوص الرانش، لفائف، فواكه	9 بيجل استيك-يحتوي على لحم الخنزير ~ شريحة دجاج مقليّة، بطاطس مهروسة، مرق مزيج من خسروات كاليفورنيا بسكويت، فواكه	10 كرواسون مع فطيرة بلحم الديك الرومي والجبن ~ حساء لحم البقر، خبز الذرة، أزهار القرنبيط، صوص الرانش فواكه	11 حبوب منتفخة مع الكاكاو، Go-Gurt-خبثاتي ~ سلطة تاكو، ذرة صفراء، فاصوليا مقليّة، صوص تاكو، بارفيه زبادي بالفراولة	
14 كعك صغير مع الجبنة وكريمة الفراولة-خبثاتي ~ تشيز برجر على كعكة، خس مبشور، بطاطس سمائلز، كاتشب، مسطردة، أزهار البروكلي صوص الرانش، فواكه	15 مافن بالتفاح والقرقة-خبثاتي ~ حساء الفلفل الأخضر، أزهار القرنبيط، صوص الرانش أرز إسباني، فواكه	16 كويساديل الجبن-خبثاتي ~ ميني كورن دوغز، كاتشاب مسطردة، فاصوليا رانش بطاطا حلوة وأقل محمصة، فاكهة	17 اختيار الشيف ~ ديك رومي، بطاطس مهروسة، مرق ديك رومي، لفائف، صلصة خبز الذرة، فاصوليا خسراء، صلصة التوت البري، فطيرة اليقطين	18 حبوب التوت المقرمشة زبادي بالتوت-خبثاتي ~ شورية الدجاج مع المكرونة، أصابع الجبن، أزهار البروكلي، شرائح الفلفل الأحمر، صوص الرانش، بسكويت، فواكه	
21 لا توجد مدرسة عطلة عيد الشكر	22 لا توجد مدرسة عطلة عيد الشكر	23 لا توجد مدرسة عطلة عيد الشكر	24 لا توجد مدرسة عطلة عيد الشكر	25 لا توجد مدرسة عطلة عيد الشكر	
28 حلقات دائرية بالقرقة-خبثاتي ~ اختيار الشيف فواكه	29 بار إفطار هورميل-يحتوي على لحم الخنزير وقطع غراهام سيورنس ~ بوسولي الدجاج بالفلفل الأخضر الحار، ليمون، ملفوف مبشور، فاصوليا بيتنو، لفائف، فواكه	30 ميني وافلز بالقيقب-خبثاتي ~ ناتشوز مع اللحم المفروم، ذرة صفراء، شرائح الخيار، صوص الرانش، فواكه	1 ديسمبر كرواسون مع فطيرة البيض والجبن ولحم الخنزير-يحتوي على لحم الخنزير ~ كرات اللحم الإيطالية، جزر صغير أصابع حبوب، صوص الرانش، بارفيه زبادي بالخوخ	2 ديسمبر حبوب تشيزيوس بالعسل والمكسرات Go-Gurt-خبثاتي ~ انشيلادا الدجاج بالفلفل الأخضر الحار، فاصوليا مقليّة، سلطة خسروات طازجة، صوص الرانش، فواكه	

"نحن نفكر في التغذية لأن الأطفال لا يمكنهم التفكير بدونها"
تخضع قوائم الطعام للتغيير
"وزارة الزراعة الأمريكية تعمل كمزود للفرص المتكافئة، وصاحب عمل، وجهة إقراض"