

الإفطار والعشاء خلال شهر نوفمبر 2022 للصف K-5

الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	ملاحظات
31 أكتوبر مني وافلز بالتوت الأزرق نباتي أصابع اللحم، بطاطس مهروسة، مرقة بنية اللون، خضروات من مزيج الريف، بسكويت، فواكه	1 مافن إنجليزي مع فطيرة بيض وجبن نباتي فاهيتا الدجاج، شرائح الخيار، صوص الرانش، فاصوليا، فواكه	2 مافن الموز نباتي دجاج ترياكى مشوى، جزر صغير، أعاد كرفس، صوص الرانش، كعكة الحظ، فواكه	3 شريحة خبز بالتوت نباتي شوربة كرات اللحم مع الليمون، أزهار البروكلى، صوص الرانش، لفائف، فواكه	4 حبوب مقشرة بالقرفة زيادي بالفراولة والموز نباتي بورينتو نباتي محلى الصنع، ذرة صفراء، صوص الرانش، سلطة خضروات طازجة، صلصة حارة، فواكه	يقدم من الاثنين إلى الجمعة للافطار -عصير الفاكهة، فواكه، حليب يقدم من الاثنين إلى الجمعة للغداء -حليب، طالع القائمة لتتعرف على الفاكهة
7 نقاح نباتي بيتزا بيبروني-تحتوي على لحم الخنزير، سلطة خضروات طازجة، صوص الرانش، أعاد كرفس، جزر صغير، أعاد البقشاط، فواكه	8 بار الغرانولا والشوفان بالعسل نباتي حساء لحم الخنزير-تحتوي على لحم الخنزير، ليمون، ملفوف مشور، فاصوليا، شرائح ال الخيار، صوص الرانش، لفائف، فواكه	9 بيجل استيك-تحتوي على لحم الخنزير شريحة دجاج مقلية، بطاطس مهروسة، مرق مزيج من خضروات كاليفورنيا بسكويت، فواكه	10 كرواسون مع فطيرة بلحم الديك الرومي والجين حساء لحم البقر، خبز الذرة، أزهار القرنبيط صوص الرانش فواكه	11 حبوب منقحة مع الكاكاو، Go-Gurt نباتي سلطة تاكو، ذرة صفراء، فاصوليا مقلية، صوص تاكو، بارفيه زبادي بالفراولة	
14 كيك صغير مع الجبنة وكريمة الفراولة نباتي تشيز برجر على كعكة، خس مشور، بطاطس سمبلز، كاتشب، مسبردة، أزهار البروكلى صوص الرانش، فواكه	15 مافن بالتفاح والتوفة نباتي حساء الفلفل الأخضر، أزهار القرنبيط، صوص الرانش بطاطا حلوة وائل محصنة، فاكهة	16 كوسيديلا الجبن نباتي ميني كورن دوغز، كاتشب مسبردة، فاصوليا رانش أرز إسباني، فواكه	17 اختيار الشيف ديك روبي، بطاطس مهروسة، مرق ديك روبي، إفانق، صلصة خبز الذرة، فاصوليا خراء، صلصة التوت البري، فطيرة اليقطين	18 حبوب التوت المقشرة زيادي بالتوت نباتي شوربة الدجاج مع المكرونة، أصابع الجبن، أزهار البروكلى، شرائح الفلفل الأحمر، صوص الرانش، بسكويت، فواكه	
21 لا توجد مدرسة علة عبد الشكر	22 لا توجد مدرسة علة عبد الشكر	23 لا توجد مدرسة علة عبد الشكر	24 لا توجد مدرسة علة عبد الشكر	25 لا توجد مدرسة علة عبد الشكر	
28 حلقات دائمة بالقرفة نباتي اختيار الشيف فواكه	29 بار إفطار هورمبل-تحتوي على لحم الخنزير وقطع عن اهام سبورتنز بوسولي الدجاج بالفلفل الأخضر الحار، ليمون، ملفوف مشور، فاصوليا بيتو، لفائف، فواكه	30 ميني وافلز بالفيقب نباتي ناشوز مع اللحم المفروم، ذرة صفراء، شرائح الخيار، صوص الرانش، فواكه	1 ديسبر حبوب تشيريوس بالعسل والمكسرات Go-Gurt نباتي انتشيلادا الدجاج بالفلفل الأخضر الحار، فاصوليا مقلية، سلطة خضروات طازجة، صوص الرانش، فواكه	2 ديسبر حبوب تشيريوس بالعسل والمكسرات Go-Gurt نباتي انتشيلادا الدجاج بالفلفل الأخضر الحار، فاصوليا مقلية، سلطة خضروات طازجة، صوص الرانش، فواكه	

"نحن ننكر في التغذية لأن الأطفال لا يمكنهم التفكير بدونها"
تضحيق قوام الطعام التغذير

"وزارة الزراعة الأمريكية تعمل كمزود للفروس المتكافنة، وصاحب عمل، وجهة اقراض"