

فبراير 2023
هل تعلم...

مقهى الحرم المدرسي لمرحلة الطفولة المبكرة

الفشار هو غذاء من الحبوب
الكاملة!





معلومات قائمة الطعام

جميع قوائم مرحلة الطفولة المبكرة خالية من لحم
الخنزير والجوز والأسماك والمحار.

من فضلك اطلب من مدير الكافتيريا أو الممرضة
الخاصة بك نموذج خطة الرعاية الطبية لتلبية
الاحتياجات الغذائية الطبية.

يوجد خيارات نباتية يومياً 
خالية من السمك 
حليب منزوع الدسم 1% مع كل وجبة 
خالية من لحم الخنزير 

الفواكه والخضار الطازجة يومياً 
خالي من الغلوتين 

قوائم الطعام لدينا مستوفية لمتطلبات وزارة الزراعة
الأمريكية
عناصر قائمة الطعام عرضة للتغيير

الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
30	31	1	2	3
الإفطار توست تكساس بالتفاح والقرفة قطع الأناناس الغذاء رافيولي مقلي وصلصة المارينارا بخنة حبوب الفاصوليا الثلاث هريس التفاح	 الإفطار مافن الكرز مكعبات الكمثرى الغذاء دجاج Poppers الفاصولياء السوداء الخوخ	الإفطار الزبادي والغرانولا الفواكه الطازجة الغذاء ستيك دجاج مقلي ويخنة الفلفل البطاطس المهروسة قطع الأناناس	الإفطار طبق البان كيك الغذاء قطع الدجاج (ناجتس) والأرز المقلي بالخضروات مكعبات الجزر مكعبات الكمثرى	الإفطار سجق ديك رومي، بيض، جبون الجبون مكعبات المانجو الغذاء اختيار المدير/ة مقرمشات البسكويت والحمص الفواكه الطازجة
6	7	8	9	10
الإفطار توست تكساس بالتفاح والقرفة قطع الأناناس الغذاء رافيولي مقلي وصلصة المارينارا بخنة حبوب الفاصوليا الثلاث هريس التفاح	الإفطار مافن الكرز مكعبات الكمثرى الغذاء دجاج Poppers الفاصولياء السوداء الخوخ	الإفطار خبز البيغل باللحم البقري والجبون الفواكه الطازجة الغذاء ساندويتش الدجاج المقرمش البروكلي والجبون قطع الأناناس	الإفطار أرغفة المافن الصغيرة هريس التفاح الغذاء الديك الرومي المشوي البطاطس المهروسة مكعبات الكمثرى	الإفطار البيض المخلوط والبطاطس المقلية مع مكعبات المانجو الغذاء تشيكين تندرز خبز الثوم مكعبات الجزر الفواكه الطازجة
13	14	15	16	17
الإفطار الوافل قطع الأناناس الغذاء بيتزابولي ومارينارا فاصوليا خضراء قطع الأناناس	الإفطار بيتزا الإفطار مكعبات الكمثرى الغذاء كاساديا بالجبون الفاصولياء السوداء الخوخ	الإفطار الزبادي والغرانولا الفواكه الطازجة الغذاء ماك أند تشيز البروكلي المتبل قطع الأناناس	الإفطار طبق البان كيك الغذاء ساندويتش الديك الرومي مقرمشات البسكويت والحمص مكعبات الكمثرى	الإفطار سجق ديك رومي، بيض، جبون الجبون مكعبات المانجو الغذاء كالزون دجاج ايمباندا الذرة أو البطاطس الفواكه الطازجة
20	21	22	23	24
الإفطار توست تكساس بالتفاح والقرفة قطع الأناناس الغذاء بيرقر اللحم البقري خبز كامل الحبوب أو خالي من الغلوتين الفاصوليا المطبوخة هريس التفاح	الإفطار مافن الكرز مكعبات الكمثرى الغذاء تشيلي اللحم البقري رقائق ذرة فرييتوس ايموجيز الخوخ	الإفطار خبز البيغل باللحم البقري والجبون الفواكه الطازجة الغذاء سياباتا ميلت مقرمشات البطاطا الحلوة قطع الأناناس	الإفطار أرغفة المافن الصغيرة هريس التفاح الغذاء دجاج Poppers والأرز المقلي بالخضروات مكعبات الجزر مكعبات الكمثرى	الإفطار البيض المخلوط والبطاطس المقلية مع مكعبات المانجو الغذاء بيتزا بالجبون البروكلي والجبون الفواكه الطازجة
27	28			
الإفطار الوافل قطع الأناناس الغذاء لفائف اللازانيا الفاصوليا الإيطالية قطع الأناناس	الإفطار بيتزا الإفطار مكعبات الكمثرى الغذاء التاكو السريع الفول المهروس المقلي الخوخ			