

دعونا نرفع لورانس



حملة جمع الطعام الآن - 19 نوفمبر أحضروا
المواد الغذائية إلى المدرسة

تأثر أكثر من 1100 طالب وطالبة في مدارس لورانس العامة بشكل مباشر بفقدان المساعدات الغذائية الفيدرالية مؤخرًا. في نوفمبر، تحشد مدارسنا جهودها لسد الفجوة الغذائية للأطفال والأسر المحتاجة. انضموا إلينا!

يمكنك تسليم العناصر المطلوبة في أي موقع مدرسة USD 497، أو في مركز الدعم التعليمي بالمنطقة (110 McDonald Drive).

يمكنك أيضًا:

- قم بالتبرع بالأموال إلى مؤسسة Just Food (www.justfoodks.org) التي تعمل على إبقاء رفوف المجتمع مليئة بالبضائع (امسح رمز الاستجابة السريعة للحصول على الروابط).
- اتصل بمؤسسة مدارس لورانس لمعرفة كيفية تبني مدرسة والحفاظ على مخازننا ممتلئة:
[/https://lawrenceschoolsfoundation.org/donation-form](https://lawrenceschoolsfoundation.org/donation-form)
- قم بزيارة www.usd497.org/lift للحصول على معلومات إضافية وقائمة بالموارد المجتمعية.

معًا، يمكننا دعم طلابنا ومدارسنا ومجتمع لورانس بأكمله.

العناصر المطلوبة

معًا، دعونا نرفع لورانس

المواد الغذائية الأساسية الأخرى

- حليب صالح للتخزين أو حليب مجفف
- ألواح الجرانولا
- صلصة المعكرونة
- مرق الخضار/الدجاج
- الحساء المعلب
- التوابل (مسحوق الثوم/البصل، الكمون، مسحوق الفلفل الحار، الملح/الفلفل)
- زبدة الفول السوداني
- معكرونة بالجبنه/فيلفيتا معلبة
- مايونيز/كريمة معجزة
- مجموعات الوجبات
- أكياس البقالة



للحصول على أفكار وصفات سريعة ومناسبة للعائلة من فريق التغذية والعافية **USD 497**:
www.usd497.org/lift

الحبوب

- رقائق الذرة
- الشوفان
- المعكرونة (أي شكل)
- الأرز (أكياس فردية سريعة التحضير أو فورية)
- مقرمشات
- قشور التورتيللا (الذرة أو الدقيق)
- نودلز رامين

البروتينات

- الفاصوليا المعلبة (الفاصوليا الحمراء، الفاصوليا السوداء، الحمص)
- الفاصوليا والعدس المجفف
- اللحوم المعلبة/المغلقة (التونة والدجاج)

الفواكه والخضروات

- الطماطم المعلبة (مقطعة إلى مكعبات، على طريقة روتل، أو معجون)
- الفواكه والخضروات المعلبة
- صلصة التفاح
- الفواكه المجففة (الزبيب، التوت البري المجفف)