Tovuti Jikoni Utoto wa Mapema

Desemba '25

Jumatatu	Jumanne	Jumatano	Alhamisi	Ijumaa
1	2 **Kiamsha kinywa** Mkate mdogo wa muffin **Chakula cha mchana** Bakuli la Kuku na Mchele Mahindi ya kukaanga	3 **Kiamsha kinywa** Soseji ya Nyama ya Ng'ombe & Jibini Bagel **Chakula cha mchana** Macaroni na Jibini Brokoli	4 **Kiamsha kinywa** Sandwichi ya Kiamsha kinywa kwenye Mkate wa Jenny Lee **Chakula cha mchana** Kuku na Waffle Viazi vitamu vya Maple vilivyochomwa	5 **Kiamsha kinywa** Mtindi na Granola **Chakula cha mchana** Taco ya nyama ya ng'ombe na jibini Cowboy Caviar
8 **Kiamsha kinywa** WG Blueberry Bagel & Jibini la Cream **Chakula cha mchana** Hakuna Sandwich ya Cluck Brokoli na Jibini	9 **Kiamsha kinywa** Pancakes ndogo za WG **Chakula cha mchana** Hamburger ya nyama ya ng'ombe Cole Slaw WG au GF Bun	10 **Kiamsha kinywa** Nafaka mbalimbali & Maziwa **Chakula cha mchana** Nyama ya Pepperoni Calzone Kabari za viazi vitamu	11 **Kiamsha kinywa** WG Mantecada Muffin **Chakula cha mchana** Mabawa ya Kuku yasiyo na mfupa Viazi zilizochujwa	**NUSU YA SIKU 12** **Kiamsha kinywa** Mayai ya kuchemsha & Soseji **Chakula cha mchana** Uturuki-ham na Jibini Sub Kuumwa kwa Dino & Brownie Hummus Kombe la Applesauce
15 **Kiamsha kinywa** WG Snackin' Waffle **Chakula cha mchana** Pizza ya Mkate wa Kifaransa wa Cheesy Kabari za viazi vitamu	16 **Kiamsha kinywa** WG Cherry Muffin **Chakula cha mchana** Nachos na Jibini & Nyama ya ng'ombe iliyokatwa Maharagwe Nyeusi ya Cheesy	17 **Kiamsha kinywa** Pizza ya Kiamsha kinywa cha Soseji ya Nyama **Chakula cha mchana** Sandwichi ya Uturuki Saladi ya Brokoli	18 **Kiamsha kinywa** Mraba wa Cranberry wa Orange uliookwa hivi karibuni **Chakula cha mchana** Uturuki iliyokatwa & Mchuzi Viazi zilizochujwa Roll safi ya chakula cha jioni kilichooka	19 **Kiamsha kinywa** Kitelezi cha Kuku cha Croissant **Chakula cha mchana** Sandwich ya Kuku ya Crispy Maharagwe ya kijani
22 **Kiamsha kinywa** Chaguo la Meneja **Chakula cha mchana** Chaguo la Meneja Mboga Moto	23 **Kiamsha kinywa** Chaguo la Meneja **Chakula cha mchana** Chaguo la Meneja Mboga Moto	24	25	26
29	30	31		

Je, unajua...

Kabichi

Mboga nyingi zilibadilika kutoka kwa kabichi ya asili ya mwitu ikiwa ni pamoja na broccoli, mimea ya brussels, cauliflower, collards, kale, na kohlrabi. Kabichi ni chanzo kikubwa cha vitamini C na K!

Maelezo ya menyu

Menyu zote za Utotoni hazina nyama ya nguruwe, karanga, samaki na samakigamba bure.

Tafadhali muulize meneja wako wa mkahawa au muuguzi kwa mpango wako wa matibabu wa fomu ya utunzaji ili kukidhi mahitaji ya lishe ya matibabu.

- Chaguzi za mboga zinapatikana kila
- Hakuna
- Skim ya Mitaa & 1% Maziwa
- Hakuna nyama ya nguruwe
- Matunda na Mboga Safi Kila Siku
- Bila gluteni

Menyu zetu zinakidhi Mahitaji ya USDA

Vipengee vya menyu vinaweza