يناير 2026

إفطار مطبخ الموقع

الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين
2	1			
9 **المدخل الرئيسي** خبز تكساس المحمص بالقرفة والتفاح	8 **المدخل الرئيسي** سلايدر كرواسون الدجاج	7 **المدخل الرئيسي** بيتزا الإفطار بالسجق البقري	6 **المدخل الرئيسي** عصا فطائر السجق باللحم البقري	5 **المدخل الرئيسي** جواهر إفطار دبليو جي
16 **المدخل الرئيسي** زبادي محمّص ، والحبوب	15 **المدخل الرئيسي** سندويتش الإفطار على خبز جيني لي	14 **المدخل الرئيسي** نقانق اللحم البقري وخبز باجل بالجبن	13 **المدخل الرئيسي** مخبوز طازجًا سكونز دبليو جي	12 **المدخل الرئيسي** قطع الخبز المحمص الفرنسي WG
23	22	21 **المدخل الرئيسي** معجنات دوامة التفاح	20 **المدخل الرئيسي** مخبوز طازجًا دونات WG	19
30 **المدخل الرئيسي** خبز تكساس المحمص بالقرفة والتفاح	29 **المدخل الرئيسي** سلايدر كرواسون الدجاج	28 **المدخل الرئيسي** بيتزا الإفطار بالسجق البقري	27 **المدخل الرئيسي** عصا فطائر السجق باللحم البقري	26 **المدخل الرئيسي** جواهر إفطار دبليو جي

خيارات الفاكهة

خيارات الإفطار والغداء من الفاكهة موسمية وقد تشمل:

فاكهة كاملة طازجة: تفاح، برتقال، كمثرى، الماندرين، موز، سلطة فواكه، فاكهة حجرية

أكواب الفاكهة المقطعة: الكمثرى، والخوخ، والمانجو، والماندرين والبرتقال، والأناناس، وخوخ القرفة، وتفاح القرفة المقطع، والفاكهة الاستوائية المشكلة، والكمثرى الاستوائية

الفواكه المجففة: زبيب، حبوب الكريزين، فواكه مشكّلة

صوص التفاح: نكهات فاكهية سادة

أطباق الإفطار الجانبية

ميني مافن رغيف
ثلاثي كيكس
جرانولا WG باجل
أكواب منفوخ الكاكاو
وافل مقرمش بصلصة القرفة
كأس

يحتوي على سمك — خيارات نباتية متاحة يوميًا

يحتوي على لحم خنزير — قشدة محلية و1% حليب

خالٍ من الغلوتين — فواكه طازجة وخضروات يوميًا

تتوفر مداخل الفصل الدراسي في المدارس المشاركة في "الإفطار في الفصل الدراسي" وتلبي متطلبات وزارة الزراعة الأمريكية للحصول على إفطار مغذي!

تلبي قوائم الطعام لدينا متطلبات وزارة الزراعة الأمريكية

غداء مطبخ الموقع

يناير 2026

الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
			1	2
5 **المدخل الرئيسي** سندويتش سادة أو حارة بدون قبضة **الاختيارات الجانبية** أسافين البطاطس الحلوة	6 **المدخل الرئيسي** **دجاج تيسو العام** **الاختيارات الجانبية** ميدلي آسيوي	7 خالٍ هوت دوج الديك الرومي **الاختيارات الجانبية** كافيار كاوبوي	8 **المدخل الرئيسي** دجاج وبروكلي ألفريدو **الاختيارات الجانبية** بروكلي قائمة عشاء دبليو جي	9 **المدخل الرئيسي** برانش! فطيرة الوافل والنقانق **الاختيارات الجانبية** بطاطس مقلية ديلي محمصة
12 **المدخل الرئيسي** جبن الموتزاريلا بالثوم السحب جانبًا والمارينارا **الاختيارات الجانبية** الفاصوليا الخضراء	13 **خالٍ** **وعاء الدجاج بالشيبوتلي** **فوق أرزّ بالليمون الأخضر الكزبري** **الاختيارات الجانبية** ذرة مشوية تورتيلا 6 بوصات	14 **المدخل الرئيسي** المعكرونة والجبن **الاختيارات الجانبية** سلطة البروكلي قائمة عشاء دبليو جي	15 **المدخل الرئيسي** الدجاج والوافل **الاختيارات الجانبية** البطاطس الحلوة والمارشميلو	16 **خالٍ** أعواد الدّجاج **الاختيارات الجانبية** سلطة الحمص قائمة عشاء دبليو جي
19	20 **خالٍ** **هامبرجر اللحم البقري** **الاختيارات الجانبية** كافيار كاوبوي	21 **المدخل الرئيسي** **الاختيارات الجانبية** Hushpupies أسافين البطاطس الحلوة	22	23
26 **المدخل الرئيسي** بيتزا بالخبز الفرنسي بالجبن **الاختيارات الجانبية** أسافين البطاطس الحلوة	27 **خالٍ** **لحم بقري أو دجاج** **ناتشو جراندي** **الاختيارات الجانبية** فاصوليا سوداء تاكو فيستا	28 **المدخل الرئيسي** سندويتش الدجاج المقرمش **الاختيارات الجانبية** سلطة البروكلي	29 **خالٍ** هوجي لكرة اللحم **الاختيارات الجانبية** GF Hoagie Bun أو WG الفاصوليا الخضراء	30 **خالٍ** أجنحة الدّجاج **الاختيارات الجانبية** بطاطس مقلية مجعدة قائمة عشاء طازجة
المداخل البديلة **كاساديلا بالجبن**	**المداخل البديلة** **CB&J أو PB&J**	**المداخل البديلة** **جبن محمّص** **سندويتش ديلي طازج**	**المداخل البديلة** **ناجتس الخضروات** **ناغيت بافلو نباتي** **سلطة الحديقة أو الدجاج**	**المداخل البديلة** **CB&J أو PB&J**

هل تعلم...

الحمص، أو فاصوليا جاربانزو، هي واحدة من أولى النباتات المزروعة وتعود إلى أكثر من 7500 عام! وهي مصدر رائع للبروتين، وفيتامينات ب، والألياف. جرّبي هذا البقول متعدد الاستخدامات في سلطة الحمص لدينا!

حصاد الشهر

بطاطس حلوة

البطاطس الحلوة، التي لا يجب الخلط بينها وبين اليام، هي خضروات جذرية غنية بفيتامين أ والألياف والبوتاسيوم. تؤكل أوراق البطاطس الحلوة في أجزاء أخرى من العالم!

خيارات نباتية متاحة يوميًا

يحتوي على سمك

قشدة محلية و1% حليب

يحتوي على لحم خنزير

فواكه طازجة وخضروات يوميًا

خالٍ من الغلوتين

تلبي قوائم الطعام لدينا متطلبات وزارة الزراعة الأمريكية