

Kiamsha kinywa cha Jikoni ya Tovuti

Machi '26

Jumatatu	Jumanne	Jumatano	Alhamisi	Ijumaa
<h2 style="color: red;">Wekiya Kifungua kinywa ya Shule ya Talia</h2>				
2 Kiingilio kikuu WG Pizza Bagel	3 Kiingilio kikuu WG Uturuki Sage Denmark 	4 Kiingilio kikuu Viwanja vya WG Blueberry Muffin vilivyookwa hivi karibuni	5 Kiingilio kikuu Brokoli Cheddar Hashbrown Kuoka	6 Kiingilio kikuu Mdalasini Roll Cobbler
9 Kiingilio kikuu WG Waffle ya Uholanzi	10 Kiingilio kikuu Kuoka Hivi Karibuni WG Donuts	11 Kiingilio kikuu Mayai ya kuchemsha na sausage ya Uturuki	12 Kiingilio kikuu Kiamsha kinywa Taco na Kuku, Viasi, na Jibini	13 Kiingilio kikuu Keki ya Apple Swirl
16 Kiingilio kikuu Vito vya Kiamsha kinywa cha WG	17 Kiingilio kikuu Fimbo ya Pancake ya Sausage ya Nyama ya Ng'ombe	18 Kiingilio kikuu Pizza ya Kiamsha kinywa cha Soseji ya Nyama	19 Kiingilio kikuu Kitelezi cha Kuku cha Croissant	20
23 Kiingilio kikuu WG Kifaransa Toast Bites	24 Kiingilio kikuu Kuoka Hivi Karibuni WG Scones	25 Kiingilio kikuu Soseji ya Nyama ya Ng'ombe & Jibini Bagel	26 Kiingilio kikuu Sandwichi ya Kiamsha kinywa kwenye Mkate wa Jenny Lee	27 Kiingilio kikuu AMtindi uliopangwa na Nafaka
30	31			

Chaguzi za

Kiamsha kinywa na chakula cha mchana fChaguzi za Ruit ni za msimu na zinaweza kujumuisha:

Matunda mapya yote: Maapulo, machungwa, peari, mandarins, ndizi, saladi za matunda, matunda ya mawe

Vikombe vya Matunda vilivyokatwa: Peari, peaches, maembe, machungwa ya mandarin, habari za mananasi, peaches za mdalasini, maapulo ya mdalasini yaliyokatwa, matunda ya kitropiki mchanganyiko, peari za kitropiki

Pande za kiamsha

Cheerios Mkate mdogo wa muffin
 Cheerios ya Mdalasini ya Apple WG Bagels
 Granola ya Mdalasini Hirizi za bahati
 Vikombe vya mtindi Grahams za

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

Viingilio vya Darasani vinapatikana katika shule zinazoshiriki katika "Kiamsha kinywa darasani" na kukidhi mahitaji ya USDA kwa kifungua kinywa

Menu zetu zinakidhi Mahitaji ya USDA chenyewe lishe!
 Vipengee vya menu vinaweza

Tovuti Jikoni chakula cha

Machi '26



Je, unajua...

Jiunge nasi kwa Wiki ya Kitaifa ya Kiamsha kinywa cha Shule mnamo...

Jitihada za Kiamsha kinywa cha Shule!

Tunaangazia vitu vipya vya kiamsha kinywa wiki nzima, kwa hivyo kila siku ni tukio jipya. Usikose nafasi ya kuzijaribu zote!



Mavuno ya mwezi

Brokoli



Brokoli ni maua! Sehemu tunayokula kwa kweli ni maua ya maua ambayo hayajafunguliwa ya mmea.

Hapo awali ilikuzwa nchini Italia zaidi ya miaka 2,000 iliyopita, broccoli ina vitamini C, K, na A nyingi, pamoja na folate na potasiamu.



Chaguzi za mboga zinapatikana kila siku



Ina samaki



Skim ya Mitaa & 1% Maziwa



Ina nyama ya nguruwe



Matunda na Mboga Safi Kila Siku



Bila gluteni

Jumatatu	Jumanne	Jumatano	Alhamisi	Ijumaa
<p>2</p> <p> Kiingilio kikuu Plain au Spicy Hakuna Cluck Sandwich</p> <p>Chaguzi za upande Maharagwe ya kijani</p>	<p>3</p> <p> Kiingilio kikuu Hamburger ya nyama ya ng'ombe</p> <p>Chaguzi za upande Maharage ya kuoka GF au WG Bun</p>	<p>4</p> <p>Kiingilio kikuu <i>Wacha tutembe!</i> 2 Jumbo Chicken Egg Rolls & Dipping Sauce</p> <p>Chaguzi za upande Brokoli na Jibini</p>	<p>5</p> <p> Kiingilio kikuu Ngoma ya Kuku</p> <p>Chaguzi za upande Fries za mikunjo Roll ya chakula cha jioni iliyookwa hivi karibuni</p>	<p>6</p> <p> Kiingilio kikuu Vijiti vya Samaki & Hushpuppies</p> <p>Chaguzi za upande Kabari za viazi vitamu</p>
<p>9</p> <p>Kiingilio kikuu Sandwich ya Kuku ya Mkate</p> <p>Chaguzi za upande Maharagwe ya kijani</p>	<p>10</p> <p> Kiingilio kikuu Kuku Tinga Nachos Grande</p> <p>Chaguzi za upande Maharagwe Nyeusi ya Taco Fiesta</p>	<p>11</p> <p> Kiingilio kikuu Mabawa ya kuku</p> <p>Chaguzi za upande Kabari za viazi vitamu Roll ya chakula cha jioni iliyookwa hivi karibuni</p>	<p>12</p> <p> Kiingilio kikuu Mpira wa nyama & Marinara</p> <p>Chaguzi za upande Kuumwa kwa broccoli ya mkate GF au WG Bun</p>	<p>Nusu Siku 13</p> <p> Kiingilio kikuu Pizza ya Mkate wa Kifaransa</p> <p>Chaguzi za upande Tater Tots</p>
<p>16</p> <p> Kiingilio kikuu Pizza Crunchers</p> <p>Chaguzi za upande Tater Tots</p>	<p>Siku ya Mtakatifu Patrick 17</p> <p> Kiingilio kikuu Ravioli ya Jibini & Mchuzi Mwekundu</p> <p>Chaguzi za upande Brokoli WG Shamrock Pretzel</p>	<p>18</p> <p> Kiingilio kikuu Hamburger ya nyama ya ng'ombe</p> <p>Chaguzi za upande Kabari za viazi vitamu</p>	<p>19</p> <p>Kiingilio kikuu Kuku ya New Orleans na Mchele wa kukaanga</p> <p>Chaguzi za upande Medley ya Asia</p>	<p>20</p>
<p>23</p> <p> Kiingilio kikuu Vijiti vya Mozzarella & Marinara</p> <p>Chaguzi za upande Maharagwe ya kijani</p>	<p>24</p> <p> Kiingilio kikuu Taco ya Kutembea ya Uturuki</p> <p>Chaguzi za upande Maharagwe Nyeusi ya Taco Fiesta</p>	<p>25</p> <p> Kiingilio kikuu Sandwichi ya Samaki</p> <p>Chaguzi za upande Kabari za viazi vitamu</p>	<p>26</p> <p>Kiingilio kikuu Chaguo la Meneja</p> <p>Chaguzi za upande Mboga Moto</p>	<p>27</p> <p>Kiingilio kikuu Chaguo la Meneja</p> <p>Chaguzi za upande Mboga Moto</p>
<p>30</p> <p>Viingilio mbadala Jibini Quesadilla</p>	<p>31</p> <p>Viingilio mbadala PB&J au CB&J</p>	<p>Viingilio mbadala Jibini iliyokaushwa Sandwich safi ya Deli</p>	<p>Viingilio mbadala Saladi safi Morningstar Nuggets</p>	<p>Viingilio mbadala PB&J au CB&J</p>

Menyu zetu zinakidhi Mahitaji ya USDA

Vipengee vya menyu vinaweza