

قائمة وجبات إفطار المرحلة الابتدائية

أبريل 2026

الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين
-3- عطلة الربيع	-2- عطلة الربيع	-1- عطلة الربيع		
-10- رقائق الشوكولاتة بالخبز كامل الحبوب فطيرة كوب كمثرى موز طازج حليب حسب الاختيار	-9- يوم إفطار ساخن تاكو، وبيض وجبن من الحبوب الكاملة صلصة كوب خوخ عصير فواكه 100% حليب حسب الاختيار	-8- رغيف بالخبز كامل الحبوب مع الموز كوب فواكه شرائح تفاح طازج حليب حسب الاختيار	-7- يوم إفطار ساخن مافن توت أزرق بالخبز كامل الحبوب كوب عصير التفاح عصير 100% حليب حسب الاختيار	-6- اختيار من وجبة إفطار كوب فواكه مشكلة حليب حسب الاختيار
-17- إفطار ساخن فطائر صغيرة بالخبز كامل الحبوب موز كوب فواكه حليب حسب الاختيار	-16- يوم إفطار ساخن مافن توت أزرق بالخبز كامل الحبوب كوب خوخ شرائح تفاح طازج حليب حسب الاختيار	-15- وجبة إفطار زبادي/ جرانولا كوب فراولة حليب حسب الاختيار	-14- يوم إفطار ساخن تاكو، وبيض وجبن من الحبوب الكاملة صلصة كوب كمثرى عصير فواكه 100% حليب حسب الاختيار	-13- يوم إفطار ساخن فطائر مابل صغيرة بالخبز كامل الحبوب كوب عصير التفاح عصير فواكه 100% حليب حسب الاختيار
-24- إفطار ساخن فطائر بوفيتز صغيرة بالحبوب الكاملة كوب زبادي كوب فراولة موز طازج حليب حسب الاختيار	-23- يوم إفطار ساخن +نقانق وبيض كالزون بيتزا بالجبن عصير فواكه 100% برتقال طازج حليب حسب الاختيار	-22- يوم إفطار ساخن مافن توت كبير بالخبز كامل الحبوب شرائح تفاح طازج، برتقال تانجرين 100% عصائر حليب حسب الاختيار	-21- يوم إفطار ساخن أصابع التوست الفرنسي بالخبز كامل الحبوب كوب عصير التفاح كمثرى طازجة حليب حسب الاختيار	-20- اختيار من وجبة إفطار كوب فواكه مشكلة حليب حسب الاختيار
-30- يوم التطوير المهني (بدون حضور الطلاب)	-29- اختيار من وجبة إفطار كوب فواكه مشكلة حليب حسب الاختيار	-28- يوم إفطار ساخن مافن توت أزرق بالخبز كامل الحبوب تفاح طازج عصير 100% حليب حسب الاختيار	-27- تفاح بالشوفان مع خبز كامل الحبوب راوند قرفة ستيك جينة شيدر كوب فواكه مشكلة برتقال طازج حليب حسب الاختيار	

ملاحظة غذائية: * =لحم خنزير +لحم ديك رومي. تحتوي جميع الوجبات على 2/1 لتر من الحليب. يمكن للطلاب اختيار الحليب المقشود أو الحليب الأبيض بنسبة دسم 1% على الإفطار، والمقشود أو الحليب الأبيض بنسبة دسم 1% أو الحليب بالشوكولاتة الخالي من الدهون على الغداء والعشاء. تتوفر جميع نماذج القوائم والاحتياجات الغذائية الخاصة بـ 7 لغات مختلفة، ويمكن العثور عليها في صفحة ويب مديرية خدمات التغذية في مدارس ميلووكي العامة على الرابط:

mpsmke.com/nutrition تخضع قائمة الوجبات للتغيير.

"تقدم هذه المؤسسة فرضاً متكافئاً."