

MENYU YA CHAKULA CHA MCHANA CHA SHULE YA MSINGI

Aprili 2026

Jumatatu	Jumane	Jumatano	Alhamisi	Ijumaa
		-1- MAPUMZIKO YA MAJIRA YA MCHIPUKO	-2- MAPUMZIKO YA MAJIRA YA MCHIPUKO	-3- MAPUMZIKO YA MAJIRA YA MCHIPUKO
-6- KIAMSHA KINYWA KAMA CHAKULA CHA MCHANA: CHAPATI ZA MAJI ZA WG PAMOJA NA SOSEJI YA NYAMA YA KUKU ILIYOSAGWA AU MAYAI YALIYOKAANGWA NA JIBINI YA COLBY CHAPATI ZA MAJI ZA WG NA VIAZI VYA DELI VILIVYOCHOMWA JUISI ILIYOTENGENEZWA KUTUMIA MBOGA KWA ASILIMIA 100 SHIRA / KETCHUP MCHUZI WA TUFAHA CHAGUO LA MAZIWA	-7- BAGA NDOGO ZA JIBINI YA WG ILIYOPAKIWA MBILI PAMOJA AU SANDWICHI YA CHIZI ILIYOCHOMWA YA WG NA MAHARAGWE YALIYOOKWA KWA WASIOKULA NYAMA JUISI ILIYOTENGENEZWA KUTUMIA MBOGA KWA ASILIMIA 100 KETCHUP/MASTADI KIKOMBE CHA BERI ZILIZOCHANGANYWA CHAGUO LA MAZIWA	-8- + KIPANDE CHA PIZZA YA PEPPERONI YA BATA MZINGA YA WG AU KIPANDE CHA PIZZA YA JIBINI YA WG NA NJEGERE ZILIZOPIKWA KWA MVUKE VIAZI VILIVYOCHOMWA KWA UMBO LA TABASAMU KETCHUP TUFAHA CHAGUO LA MAZIWA	-9- KUKU WA TERIYAKI AU VIPANDE VINAVYOFANANA NA NYAMA KWA WASIOKULA NYAMA MCHUZI WA BBQ NA WALI WA HUDHURUNGI WA WG BROKOLI ILIYOPIKWA KWA MVUKE KAROTI CHANGA KIPANDE KIDOGO CHA MKATE CHA WG KIPANDE CHA SIAGI VIPANDE VIKUBWA VYA NANASI CHAGUO LA MAZIWA	-10- KUKU ALIYEWEKWA VIKOLEZO ALIYESAGWA KWENYE MKATE MDOGO WA WG PAMBO LA LETASI ILIYOKATWA, NYANYA ILIYOKATWA VIPANDE VYEMBAMBA MAYONESI/MCHUZI WA BBQ AU SANDWICHI YA CHIZI ILIYOCHOMWA YA WG NA NJEGERE ZILIZOPIKWA KWA MVUKE SALADI YA SHAMBANI YA ROMAINE NYANYA ZA CHERI MCHUZI KUTOKA SHAMBANI/WA KIFARANSA PEARI CHAGUO LA MAZIWA
-13- JIBINI 4 ZA ENCHILADA ZA WG NA MCHUZI AU CON QUESCO QUESADILLA NDOGO ZA WG NA MAHARAGWE YALIYOKAANGWA TENA NA JIBINI MAHINDI MABICHI LETASI ILIYOKATWA SALSA / KRIMU KALI KIKOMBE CHA PICHI CHAGUO LA MAZIWA	-14- KUKU YA ALFREDO pamoja na PASTA YA ROTINI AU MACARONI YA WG NA JIBINI NA BROKOLI ILIYOPIKWA KWA MVUKE KAROTI CHANGA MCHUZI KUTOKA SHAMBANI KIPANDE CHA MKATE MDOGO WA WG KIPANDE CHA SIAGI KIKOMBE CHA STROBERI CHAGUO LA MAZIWA	-15- NYAMA YA NG'OMBE ILIYOWEKWA KATIKATI YA MKATE KWENYE MKATE MDOGO WA WG WA KUWEKWA SOSEJI AU SANDWICHI YA CHIZI ILIYOCHOMWA YA WG AU KUKU ALIYESAGWA NA MKATE WA WG ALIYE HALAL KWENYE MKATE MDOGO WA HAMBAGA MAYONESI / MCHUZI WA BBQ NA SALADI YA SHAMBANI YA ROMAINE pamoja na VIPANDE VYA PILIPILI NYEKUNDU NYANYA ZA CHERI MCHUZI WA KUTOKA SHAMBANI AU WA KIFARANSA KETCHUP / MASTADI KIKOMBE CHA PEMBENI CHA RASIBERI YA BLUU YA ASILIMIA 100 CHAGUO LA MAZIWA	-16- KIAMSHA KINYWA KAMA CHAKULA CHA MCHANA: TOSTI YA KIFARANSA YA WG PAMOJA NA SOSEJI YA NYAMA YA KUKU ILIYOSAGWA AU MAYAI YALIYOKAANGWA NA JIBINI YA COLBY NA KEKI KUBWA YA KIKOMBE YA BLUUBERI YA WG NA VIAZI VYA DELI VILIVYOCHOMWA JUISI ILIYOTENGENEZWA KUTUMIA MBOGA KWA ASILIMIA 100 MCHUZI WA TUFAHA CHAGUO LA MAZIWA	-17- VICHOVYO VYA PIZZA VYA WG MCHUZI WA MARINARA AU +BBQ YA BATA MZINGA ILIYOKATWA VIPANDE KWENYE MKATE MDOGO WA HAMBAGA WA WG NA SALADI YA SHAMBANI YA ROMAINE pamoja na PAMBO LA KAROTI ZILIZOKATWA NYANYA ZA CHERI MCHUZI KUTOKA SHAMBANI KIKOMBE CHA PEARI CHAGUO LA MAZIWA

KIDOKEZO KUHUSU LISHE: *=Ngu ruwe +=Bata Mzinga. Milo yote inajumuisha painti 1/2 ya maziwa. Wanafunzi wanaweza kuchagua Maziwa yaliyopolewa mafuta au Maziwa Meupe yenye asilimia 1 ya mafuta wakati wa Kiamsha Kinywa, na Maziwa yaliyotolewa mafuta, Maziwa Meupe yenye asilimia 1 ya mafuta au Maziwa ya Chokoleti Yasiyo na Mafuta wakati wa Chakula cha Mchana NA Jioni. Menyu zote na fomu za Mahitaji Maalum ya Kilishe zinapatikana katika lugha 7 tofauti, zinaweza kupatikana kwenye ukurasa wa mtandao wa Idara ya Huduma za Lishe ya MPS katika: mpsmke.com/nutrition Menyu inaweza kubadilika.

"Taasisi hii inatoa fursa sawa kwa wote."

MENYU YA CHAKULA CHA MCHANA CHA SHULE YA MSINGI YA APRILI

<p>-20- HAMBAGA YA NYAMA YA NG'OMBE PEKEE KWENYE MKATE MDOGO WA HAMBAGA WA WG MCHANGANYIKO WA NYANYA / LETASI PAMBO AU SANDWICHI YA JIBINI ILIYOCOMWA</p> <p>NA VIBANZI VYA VIAZI VITAMU VILIVYOKOLEZWA JUISI ILIYOTENGENEZWA KUTUMIA MBOGA KWA ASILIMIA 100 KETCHUP / MASTADI AISIKRIMU "YA ENEO HILO" VIPANDE VYA PEARI CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-21- JUMANNE YA TACO CHAGUO LA: +NYAMA YA BATA MZINGA YA TACO AU KUTOKA KWA MIMBA MBADALA WA NYAMA AU CON QUESCO QUESADILLA NDOGO ZA WG NA MAHARAGWE YALIYOKAANGWA TENA NA JIBINI FRITOS ASILIA LETASI ILIYOKATWA NA NYANYA ZILIZOKATWA MICHEMIRABA VIJITI VYA FIGILI MCHUZI KUTOKA SHAMBANI SALSA / KRIMU KALI VIPANDE VYA TUFAHA CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-22- VIPANDE VIDOGO VYA NYAMA YA KUKU VILIVYOSAGWA PAMOJA NA MKATE VYA WG AU VIPANDE VINAVYOFANANA NA NYAMA KWA WASIOKULA NYAMA VYA WG AU NYAMA LAINI YA KUKU YA WG ILIYO HALAL</p> <p>NA VIAZI VILIVYOJIPINDAPINDA KAROTI CHANGA VIPANDE VIDOGO VYA MKATE VYA WG SIAGI KETCHUP / MCHUZI WA BBQ MCHUZI KUTOKA SHAMBANI VIPANDE VYA MACHUNGWA CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-23- PASTA YA ROTINI YA WG NA MCHUZI pamoja na NYAMA YA KUKU ILYOTENGENEZWA KWA UMBO LA MPIRA AU MACARONI YA WG NA JIBINI</p> <p>NA SALADI YA SHAMBANI YA ROMAINE pamoja na NYANYA ZA CHERI MCHUZI WA KUTOKA SHAMBANI AU WA KIITALIANO VIPANDE VYA MATANGO MKATE WA SINIA WA WG NA SIAGI RASIBERI YA BLUU YA ASILIMIA 100 KIKOMBE CHA PEMBENI KILICHOGANDA CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-24- KUKU WA TERIYAKI AU VIPANDE VINAVYOFANANA NA NYAMA KWA WASIOKULA NYAMA</p> <p>NA WALI WA HUDHURUNGI WA WG BROKOLI ILIYOPIKWA KWA MVUKE KAROTI CHANGA KIPANDE KIDOGO CHA MKATE CHA WG KIPANDE CHA SIAGI KIKOMBE CHA NANASI CHAGUO LA MAZIWA</p>
<p>-27- VIPANDE VIDOGO VYA KUKU ALIYESAGWA PAMOJA NA MKATE YA WG MKATE WA SINIA WA WG SIAGI / MCHUZI WA BBQ AU MAYAI YALIYOKAANGWA NA JIBINI YA COLBY NA KEKI KUBWA YA KIKOMBE YA BLUUBERI YA WG</p> <p>NA VIBANZI VYA VIAZI VITAMU VIPANDE VYA MATANGO MCHUZI KUTOKA SHAMBANI KETCHUP VIPANDE VYA NANASI CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-28- + PIZZA YA PEPPERONI YA BATA MZINGA KIPANDE CHA WG AU KIPANDE CHA PIZZA YA JIBINI YA WG</p> <p>NA NJEGERE TAMU NA LAINI VIAZI VILIVYOTENGENEZWA KWA UMBO LA TABASAMU KETCHUP KIBAKULI CHA MATUNDA AISIKRIMU "YA ENEO HILO" CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-29- VIPANDE VIDOGO VYA KUKU VILIVYOFUNIKWA KWA UNGA WA MAHINDI AU SANDWICHI YA CHIZI ILIYOCOMWA YA WG</p> <p>NA SALADI YA SHAMBANI YA ROMAINE pamoja na KAROTI ZILIZOKATWA NYANYA ZA CHERI MCHUZI KUTOKA SHAMBANI KETCHUP / MASTADI VIPANDE VYA PEARI CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-30- SIKU YA UKUZAJI WA UTAALAMU (HAKUNA MWANAFUNZI ANAHUDHURIA)</p>	

KIDOKEZO KUHUSU LISHE: *=Nguruwe +=Bata Mzinga. Milo yote inajumuisha painti 1/2 ya maziwa. Wanafunzi wanaweza kuchagua Maziwa yaliyopolewa mafuta au Maziwa Meupe yenye asilimia 1 ya mafuta wakati wa Kiamsha Kinywa, na Maziwa yaliyotolewa mafuta, Maziwa Meupe yenye asilimia 1 ya mafuta au Maziwa ya Chokoleti Yasiyo na Mafuta wakati wa Chakula cha Mchana NA Jioni. Menyu zote na fomu za Mahitaji Maalum ya Kilishe zinapatikana katika lugha 7 tofauti, zinaweza kupatikana kwenye ukurasa wa mtandao wa Idara ya Huduma za Lishe ya MPS katika: mpsmke.com/nutrition Menyu inaweza kubadilika.

"Taasisi hii inatoa fursa sawa kwa wote."