

# MENYU YA CHAKULA CHA MCHANA KILICHOPAKIWA AWALI YA SHULE YA UPILE

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 MKATE WA NDIZI CHA WG  NA JUISI ILIYOTENGENEZWA KUTUMIA MBOGA KWA ASILIMIA 100 SHIRA / KETCHUP KIKOMBE CHA MCHUZI WA TUFAHA CHUNGWA CHAGUO LA MAZIWA	-7- BAGA NDOGO ZA JIBINI YA WG ILIYOPAKIWA MBILI PAMOJA AU SANDWICHI YA CHIZI ILIYOCHOMWA YA WG AU SANDWICHI KUBWA YA PB&J YA WG  NA MAHARAGWE YALIYOOKWA KWA WASIOKULA NYAMA JUISI ILIYOTENGENEZWA KUTUMIA MBOGA KWA ASILIMIA 100 KETCHUP/MASTADI NDIZI KIKOMBE CHA BERI ZILIZOCHANGANYWA CHAGUO LA MAZIWA	-8- + PIZZA YA PEPPERONI YA BATA MZINGA KIPANDE CHEMBAMBA CHA WG AU KIPANDE CHEMBAMBA CHA PIZZA YA JIBINI YA WG  NA NJEGERE ZILIZOPIKWA KWA MVUKE VIAZI VILIVYOTENGENEZWA KWA UMBO LA TABASAMU KETCHUP KIKOMBE CHA MATUNDA TUFAHA NZIMA 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 KIKOMBE CHA NANASI TUFAHA CHAGUO LA MAZIWA	-10- KUKU ALIYEWKWA VIKOLEZO ALIYESAGWA KWENYE MKATE MDOGO WA WG PAMOJA NA LETASI ILIYOKATWA / VIPANDE VYEMBAMBA VYA PAMBO LA NYANYA MAYONESI /MCHUZI WA BBQ AU SANDWICHI YA CHIZI ILIYOCHOMWA YA WG  NA SALADI YA SHAMBANI YA ROMAINE NYANYA ZA CHERI MCHUZI WA KIFARANS/WA KUTOKA SHAMBANI KIKOMBE CHA MCHUZI WA TUFAHA PEARI CHAGUO LA MAZIWA
-13- JIBINI 4 ENCHILADA ZA WG NA MCHUZI AU CON QUESCO QUESADILLA NDOGO ZA WG  NA MAHARAGWE YALIYOKAANGWA TENA NA JIBINI VIJITI VYA FIGILI MCHUZI KUTOKA SHAMBANI LETASI ILIYOKATWA SALS / KRIMU KALI KIKOMBE CHA PICHU CHUNGWA 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 PEARI 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 KIFARANS KETCHUP / MASTADI KIKOMBE CHA PICHU RASIBERI YA BLUU YA ASILIMIA 100 KIKOMBE CHA PEMBENI CHAGUO LA MAZIWA	-16- KIAMSHA KINYWA KAMA CHAKULA CHA MCHANA:  TOSTI YA KIFARANS 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 KIKOMBE CHA MCHUZI WA TUFAHA CHUNGWA 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 AU SANDWICHI KUBWA YA WG PB&J  NA SALADI YA SHAMBANI YA ROMAINE pamoja na PAMBO LA KAROTI ZILIZOKATWA NYANYA ZA CHERI MCHUZI KUTOKA SHAMBANI KIKOMBE CHA PEARI NDIZI CHAGUO LA MAZIWA

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](http://mpsmke.com/nutrition) Menyu inaweza kubadilika.

"Taasisi hii inatoa fursa sawa kwa wote."

# MENYU YA CHAKULA CHA MCHANA KILICHOPAKIWA AWALI YA SHULE YA UPILI YA APRILI

<p>-20- HAMBAGA YA NYAMA YA NG'OMBE PEKEE KWENYE MKATE MDOGO WA HAMBAGA WA WG LETASI ILIYOKATWA / KIPANDE CHA NYANYA PAMBO LA MCHANGANYIKO AU SANDWICHI YA JIBINI ILIYOCHOMWA</p> <p>NA VIBANZI VYA VIAZI VITAMU VILIVYOKOLEZWA JUISI ILIYOTENGENEZWA KUTUMIA MBOGA KWA ASILIMIA 100 KETCHUP / MASTADI KIKOMBE CHA PEARI TUFAHA AISIKRIMU "YA ENEO HILO" CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-21- JUMANNE YA TACO</p> <p>CHAGUO LA: +NYAMA YA BATA MZINGA YA TACO AU KUTOKA KWA MIMBA MBADALA WA NYAMA AU QUESADILLA NDOGO ZA JIBINI ZA WG</p> <p>NA MAHARAGWE YALIVYOKAANGWA TENA NA JIBINI VIJITI VYA FIGILI MCHUZI KUTOKA SHAMBANI FRITOS ASILIA LETASI ILIYOKATWA NA NYANYA ZILIZOKATWA MICHEMRABA NYANYA SALSA / KRIMU KALI KIKOMBE CHA MATUNDA VIPANDE VYA TUFAHA CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-22- VIPANDE VIDOGO VYA KUKU ALIYESAGWA PAMOJA NA MKATE YA 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 KIKOMBE CHA MCHUZI WA TUFAHA VIPANDE VYA MACHUNGWA CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-23- PASTA YA ROTINI YA WG NA MCHUZI pamoja na NYAMA YA KUKU ILIYOTENGENEZWA 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 KIKOMBE CHA PACHI RASIBERI YA BLUU YA ASILIMIA 100 ILIYOGANDA KIKOMBE CHA PEMBENI CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-24- KUKU WA TERIYAKI AU VIPANDE VINAVYOFANANA NA NYAMA KWA WASIOKULA NYAMA MCHUZI WA BBQ</p> <p>NA WALI WA HUDHURUNGI WA WG BROKOLI ILIYOPIKWA KWA MVUKE KAROTI CHANGA KIPANDE KIDOGO CHA MKATE CHA WG SIAGI TUFAHA 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 YALIVYOKAANGWA 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 TUFAHA KIKOMBE CHA NANASI CHAGUO LA MAZIWA</p>	<p>-28- + KIPANDE CHA PIZZA YA PEPPERONI YA BATA MZINGA YA WG AU KIPANDE CHEMBAMBA CHA PIZZA YA JIBINI YA WG</p> <p>NA NJEGERE TAMU NA LAINI VIAZI VILIVYOTENGENEZWA KWA UMBO LA TABASAMU KETCHUP KIKOMBE CHA MATUNDA 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 ILIYOCHOMWA YA WG</p> <p>NA SALADI YA SHAMBANI YA ROMAINE pamoja na KAROTI ZILIZOKATWA NYANYA ZA CHERI MCHUZI WA SHAMBANI/KIITALIANO KETCHUP / MASTADI CHUNGWA KIKOMBE CHA 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](http://mpsmke.com/nutrition) Menyu inaweza kubadilika.

**"Taasisi hii inatoa fursa sawa kwa wote."**