

تشرين الأول/أكتوبر 2026

مديرية التعليم في مدينة روتشستر، قائمة الإفطار لمرحلة ما قبل الروضة

BREAKFAST

Monday الاثنين

Tuesday الثلاثاء

Wednesday الأربعاء

Thursday الخميس

Friday الجمعة

1

حبوب الأرز (تشيكس) بالقرفة (VG)

2

خبز البيجل الصغير بالفراولة

5

حبوب الإفطار تشيريوس بنكهة التفاح والقرفة (VG)

6

حبوب الإفطار المقرمشة بنكهة القرعة (VG)

7

حبوب الأرز (تشيكس) بالقرفة (VG)

8

حبوب الإفطار المغطاة بالسكر (VG)

9

أصابع جبن موزاريلا خفيفة الدسم مقرمشات جراهام بالعسل (V)

12

يوم الشعوب الأصلية (جميع المرافق مغلقة)

13

حبوب الإفطار الذهبية (جراهام) (VG)

14

حبوب الشوفان بالعسل (V)

15

حبوب الإفطار تشيريوس بنكهة التفاح والقرعة (VG)

16

زبادي/لبن بالفانيليا
تايجر بايتس (بسكويت مقرمش) (V)

19

حبوب الأرز (تشيكس) بالقرعة (VG)

20

حبوب الإفطار المقرمشة بنكهة القرعة (VG)

21

حبوب الإفطار تشيريوس بنكهة التفاح والقرعة (VG)

22

حبوب الشوفان بالعسل (V)

23

أصابع جبن موزاريلا خفيفة الدسم مقرمشات جراهام بالعسل (V)

26

حبوب الشوفان بالعسل (V)

27

حبوب الإفطار الذهبية (جراهام) (VG)

28

حبوب الإفطار المغطاة بالسكر (VG)

29

حبوب الإفطار المغطاة بالسكر (VG)

30

خبز البيجل الصغير بالفراولة

الأصناف المتاحة يوميا:

الخيارات من: الحليب: حليب خالي الدسم، حليب 1% دسم،

شطيرة زبدة الحمص والمربي.

الفاكهة.

(V) = نباتي. طعام لا يحتوي على اللحوم، ولكنه قد يحتوي على منتجات الألبان والبيض.

(VG) = نباتي بالكامل. طعام لا يحتوي على المنتجات الحيوانية.