

Three stylized orange pumpkins with green stems are arranged on a light yellow background. One pumpkin is in the foreground, slightly to the left, and two are behind it, one to the left and one to the right. The pumpkins have a simple, rounded shape with vertical ridges and a small green stem at the top.



قائمة طعام غداء المدارس المتوسطة في المنطقة 15

أكتوبر 2026

جمعة يوم الخميس الأربعاء يوم الثلاثاء الاثنين

جميع السلطات مصنوعة من الخس المزروع بتقنية الزراعة المائية من مزارع H2O في جيلفورد

LOCALLY GROWN

يتم تقديم التفاح طوال الشهر من مزرعة هيدن جيم في ساوثبوري

Reminder

وجبة الإفطار مجانية لجميع الطلاب

1 قطع دجاج ناجتس، بطاطس مقلية مخبوزة، لفائف عشاء

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

2 بيتزا متنوعة مع سلطة خضراء مشكلة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

5

6

7

8

9

يرجى الاطلاع على القائمة الخاصة بأسبوع "منتجات كونيتيكت لأطفال كونيتيكت".

12 لا توجد دراسة يوم كولومبوس / يوم السكان الأصليين

13 فطائر وافل صغيرة مع تفاح الديك الرومي

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

14 قطع دجاج طرية، بطاطس مقلية مخبوزة بالفرن، لفائف عشاء

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

15 بيتزا متنوعة مع سلطة خضراء مشكلة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

16 يوم تدريب مهني بدون دراسة

19 أصابع الموزاريلا مع صلصة المارينارا

20 دجاج بالبرتقال مع أرز بني

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

21 رافيولي الجبن الصغير، خبز بالثوم والجبن

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

22 برجر دجاج على خبز أسمر كامل الحبوب مع بطاطا مقلية مخبوزة في الفرن

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

23 بيتزا متنوعة مع سلطة خضراء مشكلة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

26 كاساديا بالجبن مع صلصة السالسا والقشدة الحامضة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

27 هوت دوغ في خبز أسمر، بطاطا مقلية مخبوزة، فاصوليا مطبوخة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

28 شطيرة الجبن المشوي مع حساء الطماطم

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

29 دجاج بوب كورن مع خبز العشاء وبطاطس مقلية مخبوزة في الفرن

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

30 بيتزا متنوعة، سلطة خضراء مشكلة، خبز اليقطين

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

خيارات غداء بديلة متوفرة يوميا:

علبة حمص مع خبز مسطح من الحبوب الكاملة وخضراوات متنوعة

بارفيه الزبادي مع الجرانولا محلية الصنع

سلطة سيزر بالدجاج

أو

ديلي بار

خيارات من ديك رومي، لحم خنزير، دجاج بافلو من بوارز هيد

الجبن: أمريكي، بروفولون

الإضافات: خس، طماطم، مخلل، فلفل الموز، فلفل هالابينو، زيتون، مايونيز، خردل، صلصة حارة

أسعار وجبات الغداء:

مجاني: مجاني، مخفض: مجاني، الطلاب المدفوعون: غداء ساخن 4.05 دولار، الطلاب المدفوعون: وجبة خفيفة/بديلة 4.55 دولار، حليب فقط: 0.75 دولار

جميع خيارات الوجبات تقدم مع فاكهة ونوعين من الخضار وحليب. خيارات من الحليب الأبيض بنسبة 1%، وحليب الشوكولاتة الخالي من الدسم، وحليب الفراولة الخالي من الدسم

قائمة طعام غداء مدرسة بومبيراوغ الثانوية

أكتوبر 2026

جمعة يوم الخميس الأربعاء يوم الثلاثاء الاثنين

جميع السلطات مصنوعة من الخس المزروع بتقنية الزراعة المائية من مزارع H2O في جيلفورد

LOCALLY GROWN

يتم تقديم التفاح طوال الشهر من مزرعة هيدن جيم في ساوثبوري

Reminder

وجبة الإفطار مجانية لجميع الطلاب

برجر دجاج على خبز أسمر كامل الحبوب مع بطاطا مقليّة مخبوزة في الفرن

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

3 بيتزا متنوعة مع سلطة خضراء مشكلة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

5

6

7

8

9

يرجى الاطلاع على القائمة الخاصة بأسبوع "منتجات كونيتيكت لأطفال كونيتيكت".

12

لا توجد دراسة يوم كولومبوس / يوم السكان الأصليين

13

دجاج بالبرتقال مع أرز بني

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

14

قطع دجاج طرية، بطاطس مقليّة مخبوزة بالفرن، لفائف عشاء

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

15

بيتزا متنوعة مع سلطة خضراء مشكلة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

16

يوم تدريب مهني بدون دراسة

19

أصابع الموزاريلا مع صلصة المارينارا

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

20

أصابع خبز التوست الفرنسي مع ثقائق الديك الرومي

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

21

طبق أرز بالدجاج مع إضافات متنوعة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

22 ماندوتش دجاج دببين

على خبز أسمر كامل مع بطاطا مقليّة مخبوزة في الفرن

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

23

بيتزا متنوعة مع سلطة خضراء مشكلة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

26

شطيرة جبن مشوية مع بطاطا مقليّة مخبوزة في الفرن وحساء طماطم

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

27

دجاج جنرال تسو مع أرز بني

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

28

كاساديا بالجبن مع صلصة السالسا والقشدة الحامضة

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

29

بيتزا متنوعة، سلطة دجاج بوب كورن، بطاطس مقليّة مخبوزة بالفرن، لفائف عشاء

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

30

بيتزا متنوعة، سلطة دجاج بوب كورن، خضراء مشكلة، خبز اليقطين

صينية فواكه وخضراوات بألوان قوس قزح

خيارات غداء بديلة متوفرة يوميا:

علبة حمص مع خبز مسطح من الحبوب الكاملة وخضراوات متنوعة

بارفيه الزبادي مع الجرانولا محلية الصنع

سلطة سيزر بالدجاج

لفائف مميزة: دجاج حار أو

ديلي بار

اختار من بين ديك رومي، أو لحم خنزير، أو دجاج بافلو، أو وجبة مشكلة، أو تونة من بوارز هيد

الجبن: أمريكي، بروفولون، بيبر جاك

الإضافات: خس، طماطم، مخلل، فلفل الموز، فلفل هالابينو، زيتون، مايونيز، خردل، صلصة حارة

أسعار وجبات الغداء:

مجاني: مجاني، مخفض: مجاني، الطلاب المدفوعون: غداء ساخن 4.05 دولار، الطلاب المدفوعون: وجبة خفيفة/بديلة 4.55 دولار، حليب فقط: 0.75 دولار

جميع خيارات الوجبات تقدم مع نوعين من الفاكهة ونوعين من الخضار وكوب من الحليب. خيار من الحليب الأبيض بنسبة 1%، أو حليب الشوكولاتة الخالي من الدسم