كافيتيريا الحرم المدرسي لمرحلة الطفولة المبكرة

نوفمبر ’26

الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
2 **الإفطار** قطع بان كيك صغيرة بالفراولة من الحبوب الكاملة 8 أونصات من الحليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من قطع الأناناس الصغيرة **الغداء** بيتزا على خبز فرنسي من الحبوب الكاملة بطاطس Wavelength المقلية 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من الكمثرى المقطعة مكعبات	3	4 **الإفطار** بيغل من الحبوب الكاملة مع جبن كريمي 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و3 أونصات من شرائح التفاح **الغداء** كالزوني باللحم البقري والبيبروني من الحبوب الكاملة سلطة Cowboy Caviar من الفاصوليا والخضروات 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من صوص التفاح	5 **الإفطار** مافن بالكرز من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من الكمثرى المقطعة مكعبات **الغداء** دجاج ألفريدو مع مكرونة من الحبوب الكاملة بروكلي 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من الخوخ المقطع مكعبات	6 **الإفطار** زبادي أو حبوب إفطار متنوعة من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من برتقال ماندرين **الغداء** ساندويتش فيلي تشيز ستيك في خبز من الحبوب الكاملة بطاطس مقلية مموجة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من قطع الأناناس الصغيرة
9 **الإفطار** وافل سناك بنكهة القيقب من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من قطع الأناناس الصغيرة **الغداء** قطع بيتزا مقرمشة من الحبوب الكاملة بطاطس Wavelength المقلية 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من الكمثرى المقطعة مكعبات	10 **الإفطار** شريحة خبز إفطار من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من الخوخ المقطع مكعبات **الغداء** ناتشوز من الحبوب الكاملة بالدجاج المشوي في الفرن والجبن فاصوليا على طريقة فييستا 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من برتقال ماندرين	11	12 **الإفطار** نقانق دجاج على خبز قرفة حلزوني محلي من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من الكمثرى المقطعة مكعبات **الغداء** ساندويتشات تشيز برغر صغيرة محملة بالإضافات من الحبوب الكاملة بطاطس مقلية مموجة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من الخوخ المقطع مكعبات	13 **اليوم العالمي للُطف** **الإفطار** قطع توست فرنسي من الحبوب الكاملة مع كومبوت ساخن من كمبوت التفاح 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% **الغداء** قطع أجنحة دجاج خالية من العظم وغنية بالحبوب الكاملة كرات ذرة مقلية من الحبوب الكاملة شرائح خيار على شكل أنصاف أقمار مع صوص الرانش 8 أونصات من الحليب بنسبة دسم 1% وكوب مثلجات إيطالية Rosati Nice
16 **الإفطار** زبادي أو حبوب إفطار متنوعة من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من قطع الأناناس الصغيرة **الغداء** رافيولي مغطى بالبقسماط من الحبوب الكاملة مع صوص المارينارا قطع بروكلي مغطاة بالبقسماط بارفيه فطيرة اليقطين 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من الكمثرى المقطعة مكعبات	17 **الإفطار** مافن مانتيكادا من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من الخوخ المقطع مكعبات **الغداء** HALAL لحم ديك رومي للتاكو رقائق تورتيلا من الحبوب الكاملة كوب صلصة سالسا وفاصوليا سوداء 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من برتقال ماندرين	18 **الإفطار** نقانق ديك رومي وجبن من الحبوب الكاملة ساندويتش محشو 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و3 أونصات من شرائح التفاح **الغداء** قطعة لحم بقري مشوية على اللهب في خبز من الحبوب الكاملة أو خال من الغلوتين بطاطس مقلية مموجة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من صوص التفاح	19 **عيد الشكر مع الأصدقاء** **الإفطار** لحم بقري وجبن على خبز بيغل من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من الكمثرى المقطعة مكعبات **الغداء** HALAL شرائح ديك رومي بطاطس مهروسة مع صلصة المرق خبز رول للعشاء من الحبوب الكاملة بارفيه البطاطا الحلوة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من الخوخ المقطع مكعبات	20 **نصف يوم دراسي** **الإفطار** قطعة بيض بثلاثة أنواع من الجبن 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من برتقال ماندرين **الغداء** ساندويتش ديك رومي من الحبوب الكاملة بسكويت على شكل حيوانات من الحبوب الكاملة مع حمص بنكهة البراوني 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و½ كوب فاكهة
23 **الإفطار** قطع بان كيك صغيرة بالفراولة من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من قطع الأناناس الصغيرة **الغداء** فطيرة بيتزا Pizzaboli من الحبوب الكاملة مع صوص المارينارا فاصوليا خضراء 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من الكمثرى المقطعة مكعبات	24 **الإفطار** مربعات مخبوزة طازجة من الحبوب الكاملة بالبرتقال والتوت البري 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من الخوخ المقطع مكعبات **الغداء** دجاج مشوي في الفرن بصوص الصويا والثوم فوق أرز من الحبوب الكاملة بروكلي بصوص الصويا والثوم 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من برتقال ماندرين	25 **الإفطار** بيغل من الحبوب الكاملة مع جبن كريمي 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و3 أونصات من شرائح التفاح **الغداء** كاساديا باللحم البقري غنية بالحبوب الكاملة ذرة مشوية 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من صوص التفاح	26	27
30 **الإفطار** وافل سناك بنكهة القيقب من الحبوب الكاملة 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و4 أونصات من قطع الأناناس الصغيرة **الغداء** ساندويتش Morningstar من الحبوب الكاملة وفاصوليا خضراء 8 أونصات من حليب بنسبة دسم 1% و2 أونصة من الكمثرى المقطعة مكعبات				

هل تعلم...

كل عام وأنتم بخير بمناسبة اليوم العالمي للُطف! في 13 نوفمبر، نحتفي بفكرة أن الوجبة الدافئة والقلب الدافئ يكمل أحدهما الآخر. خصصوا لحظة اليوم لترسموا ابتسامة على وجوه الآخرين، أو تمسكوا الباب مفتوحًا لمن خلفكم، أو تشكروا شخصًا يحتاج إلى كلمة طيبة. اللُطف ينتقل من شخص إلى آخر، ويزداد حلاوة مع وجبة الغداء. شاركونا كوبًا من مثلجات Rosati الإيطالية "اللطيفة"، وساعدوا في نشر مزيد من الدفء في الكافتيريا!

معلومات القائمة

جميع قوائم مرحلة الطفولة المبكرة خالية من لحم الخنزير والمكسرات والسمك والمحار.

يُرجى سؤال مدير الكافيتيريا أو الممرضة عن نموذج خطة الرعاية الطبية لتلبية الاحتياجات الغذائية الطبية.

- خيارات نباتية متاحة يوميًا
- يحتوي على سمك
- حليب محلي خالي الدسم وبنسبة دسم 1%
- يحتوي على لحم خنزير
- خال من الغلوتين
- فواكه وخضروات طازجة يوميًا
- HALAL طعام حلال

تلبّي قوائمنا المعايير المعتمدة لدى وزارة الزراعة الأمريكية (USDA)

قد تتغير أصناف القائمة