

MGAHAWA WA SHULE – ELIMU YA AWALI YA WATOTO

NOV '26

JE, UNAJUA...

Jumatatu	Jumanne	Jumatano	Alhamisi	Ijumaa
Kiamsha kinywa Pancake Puffs za Stroberi zenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Vipande Vidogo vya Nanasi Kiasi cha Aunsi 4. Chakula cha mchana Pizza ya Mkate wa Kifaransa yenye Wingi wa Nafaka Nzima Wavelength Fries Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 ya Pea Zilizokatwakatwa	Kiamsha kinywa Kipande cha Mkate wa Kiamsha kinywa chenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Pichi Zilizokatwa Vipande Vidogo Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Kuku Iliyokwa kwenye Oveni na Nacho zenye Jibini na Wingi wa Nafaka Nzima Maharagwe ya Fiesta Aunsi 8 ya Maziwa ya mafuta 1% na Aunsi 2 Machungwa ya Mandarin	Kiamsha kinywa Bagel yenye Wingi wa Nafaka Nzima na Cream Cheese Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% na Aunsi 3 Vipande vya Tufaha Chakula cha mchana Calzone ya Pepperoni ya Nyama ya Ng'ombe yenye Wingi wa Nafaka Nzima Cowboy Caviar Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% na Aunsi 2 ya Sosi ya Tufaha	Kiamsha kinywa Muffin ya Cheri yenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Pea Zilizokatwa Vipande Vidogo Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Vipande vya Kuku vya Alfredo vya WGR Brokoli Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 Pichi zilizokatwakatwa	Kiamsha kinywa Mtindi au Mchanganyiko wa Nafaka wenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Machungwa ya Mandarin Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Philly Cheesesteak yenye Wingi wa Nafaka Nzima Chipsi Zilizokatwa kwa Umbo la Mawimbi Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% na Aunsi 2 Vipande Vidogo vya Nanasi
Kiamsha kinywa Snack n' Waffle yenye Wingi wa Nafaka Nzima na Ladha ya Maple Aunsi 8 ya Maziwa yenye mafuta 1% na Aunsi 4 ya Vipande Vidogo vya Nanasi Chakula cha mchana Vinu vya Pizza vya WGR Wavelength Fries Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 ya Pea Zilizokatwakatwa	Kiamsha kinywa Kipande cha Mkate wa Kiamsha kinywa chenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Pichi Zilizokatwa Vipande Vidogo Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Kuku Iliyokwa kwenye Oveni na Nacho zenye Jibini na Wingi wa Nafaka Nzima Maharagwe ya Fiesta Aunsi 8 ya Maziwa ya mafuta 1% na Aunsi 2 Machungwa ya Mandarin	Kiamsha kinywa Soseji ya Kuku kwenye Mkate Unaokwa kwenye Eneo Husika wa Mdalasini wenye Mizunguko na Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Pea Zilizokatwa Vipande Vidogo Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Slider yenye Wingi wa Nafaka Nzima za Cheeseburger Zilizojaa Vijitoweo Viazi vya kukaanga vya mikunjo Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 Pichi zilizokatwakatwa	SIKU YA UKARIMU DUNIANI Kiamsha kinywa Vipande Vidogo vya Tosti ya Kifaransa vyenye Wingi wa Nafaka Nzima Mchuzi Mzito wa Tufaha ambao ni Moto Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% Chakula cha mchana Mabawa Yasiyo na Mifupa yenye Wingi wa Nafaka Nzima Hush Puppies za WGR Vipande vya tango vya nusu-duara na mchuzi wa Ranch Aunsi 8 ya Maziwa yenye 1% na Kikombe cha Barafu ya Kiitaliano cha Rosati Nice	SHEREHE YA SHUKRANI INAYOSHEREHEKEWA PAMOJA NA MARAFIKI Kiamsha kinywa Nyama ya Ng'ombe na Jibini kwenye Bagel yenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Pea Zilizokatwa Vipande Vidogo Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Nyama ya Bata Mzinga Iliyokatwa Vipande Viazi Vilivyopondwa na Mchuzi wa Nyama Roli ya Chajio yenye Wingi wa Nafaka Nzima Kitindamlo cha Aina ya Viazi Vitamu Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 Pichi zilizokatwakatwa
Kiamsha kinywa Mtindi au Mchanganyiko wa Nafaka wenye Wingi wa Nafaka Nzima Aunsi 8 ya Maziwa yenye mafuta 1% na Aunsi 4 ya Vipande Vidogo vya Nanasi Chakula cha mchana Ravioli zilizofunikwa unga wa mkate zenye Wingi wa Nafaka Nzima na Marinara Vipande Vidogo vya Brokoli Vilivyofunikwa kwa Unga wa Mkate Kitindamlo cha Pai ya Malenge Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 ya Pea Zilizokatwakatwa	Kiamsha kinywa Muffin ya Mantecada yenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Pichi Zilizokatwa Vipande Vidogo Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Nyama ya Taco ya Bata Mzinga Chipsi za Tortilla yenye Wingi wa Nafaka Nzima Kikombe cha Salsa na Maharagwe Meusi Aunsi 8 ya Maziwa ya mafuta 1% na Aunsi 2 Machungwa ya Mandarin	Kiamsha kinywa Soseji ya Bata Mzinga yenye Wingi wa Nafaka Nzima na Jibini Sandwich Iliyosheheni Viungo Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% na Aunsi 3 Vipande vya Tufaha Chakula cha mchana Keki ya Nyama ya Ng'ombe iliyochomwa kwenye Moto kwenye Bun yenye Wingi wa Nafaka Nzima au Isiyo na Gluteni Viazi vya kukaanga vya mikunjo Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% na Aunsi 2 ya Sosi ya Tufaha	SHEREHE YA SHUKRANI INAYOSHEREHEKEWA PAMOJA NA MARAFIKI Kiamsha kinywa Nyama ya Ng'ombe na Jibini kwenye Bagel yenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Pea Zilizokatwa Vipande Vidogo Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Nyama ya Bata Mzinga Iliyokatwa Vipande Viazi Vilivyopondwa na Mchuzi wa Nyama Roli ya Chajio yenye Wingi wa Nafaka Nzima Kitindamlo cha Aina ya Viazi Vitamu Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 Pichi zilizokatwakatwa	NUSU YA SIKU Kiamsha kinywa Kipande cha yai chenye jibini 3 Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Machungwa ya Mandarin Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Sandwichi ya Bata Mzinga yenye Wingi wa Nafaka Nzima Animal Crackers zenye Wingi wa Nafaka Nzima na Brownie Hummus Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% na ½ kikombe cha Matunda
Kiamsha kinywa Pancake Puffs za Stroberi zenye Wingi wa Nafaka Nzima Aunsi 8 ya Maziwa yenye mafuta 1% na Aunsi 4 ya Vipande Vidogo vya Nanasi Chakula cha mchana Pizzaboli na Marinara zenye Wingi wa Nafaka Nzima Maharagwe ya kijani Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 ya Pea Zilizokatwakatwa	Kiamsha kinywa Vipande Vipya vya Keki Vilivyookwa vyenye Wingi wa Nafaka Nzima na Ladha ya Machungwa Vipande vya Mraba vya Cranberry Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Pichi Zilizokatwa Vipande Vidogo Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Kuku wa Kuokwa Kwenye Oveni wenye Sosi ya Soya na Kitunguu Saumu juu ya Mchele wenye Wingi wa Nafaka Nzima Brokoli ya Kitunguu Saumu na Soya Aunsi 8 ya Maziwa ya mafuta 1% na Aunsi 2 Machungwa ya Mandarin	Kiamsha kinywa Bagel yenye Wingi wa Nafaka Nzima na Cream Cheese Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% na Aunsi 3 Vipande vya Tufaha Chakula cha mchana Quesadilla ya Nyama ya Ng'ombe yenye Wingi wa Nafaka Nzima Mahindi Choma Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% na Aunsi 2 ya Sosi ya Tufaha	Kiamsha kinywa Muffin ya Cheri yenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Pea Zilizokatwa Vipande Vidogo Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Vipande vya Kuku vya Alfredo vya WGR Brokoli Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 Pichi zilizokatwakatwa	Kiamsha kinywa Mtindi au Mchanganyiko wa Nafaka wenye Wingi wa Nafaka Nzima Maziwa Yenye Mafuta 1% Kiasi cha Aunsi 8 na Machungwa ya Mandarin Kiasi cha Aunsi 4 Chakula cha mchana Philly Cheesesteak yenye Wingi wa Nafaka Nzima Chipsi Zilizokatwa kwa Umbo la Mawimbi Aunsi 8 ya Maziwa ya 1% na Aunsi 2 Vipande Vidogo vya Nanasi
Kiamsha kinywa Snack n' Waffle yenye Wingi wa Nafaka Nzima na Ladha ya Maple Aunsi 8 ya Maziwa yenye mafuta 1% na Aunsi 4 ya Vipande Vidogo vya Nanasi Chakula cha mchana Sandwichi ya Morningstar yenye Wingi wa Nafaka Nzima, Maharagwe ya Kijani Aunsi 8 Maziwa ya 1% na Aunsi 2 ya Pea Zilizokatwakatwa				

Heri ya Siku ya Ukirimu Duniani! Tarehe 13 Novemba, tunasherehekea ukweli kwamba chakula chenye joto na moyo wenye upendo hukamilishana. Chukua muda mfupi leo kutabasamu, kushikilia mlango, au kumwambia mtu awayehitaji asante. Wema huenea kwa urahisi, na hufanya chamcha kiwe kitamu zaidi. Jiunge nasi kwa kikombe cha Rosati Italian "nice" chenye ladha nzuri, na tushirikiane kueneza furaha na wema katika eneo la kulia chakula!



TAARIFA ZA MENYU

Uyakula uyote vya Watoto Wadoo wa Elimu ya awali hauina nyama ya nguruwe, karanga, samaki, wala samaki wa ganda.

Tafadhali mwombe meneja wa kantini au muuguzi wako fomu ya mpango wa huduma za matibabu ili kukidhi mahitaji ya lishe yanayohusiana na afya.

	Chaguo za Uyakula vya Mboga Zinapatikana Kila Siku		Iwa samaki
	Maziwa ya Eneo Letu Yaliyoondolewa Mafuta na Maziwa ya 1%		Iwa nyama ya nguruwe
	Matunda na Mbichi Kila Siku		Haina Gluteni
			Chakula cha Halal

Menuu zetu zinatimiza Masharti ya USDA
Aina ya uyakula kwenye menuu inaweza kubadilika.

