

MARKAZIY OSHXONA NONUSHTASI

NOY '26

KUNLIK MEVA VARIANTLARI



Nonushta va tushlik uchun meva variantlari mavsumiy bo'lib, quyidagilarni o'z ichiga olishi mumkin:

Yangi butun mevalar: Olma, apelsin, nok, mandarin, banan, mevali salatlar, davakli mevalar

To'g'ralgan mevali stakanlar: Nok, shaftoli, mango, mandarin, ananas bo'laklari, dolchinli shaftoli, to'g'ralgan dolchinli olma, aralash tropik mevalar, tropik nok

Quritilgan mevalar: Mayiz, quritilgan klyukva, aralash mevalar

Olma pyuresi: Klassik va mevali ta'amlar



NONUSHTA GARNIHLARI

Cheerios mini-maffin batonchasi

Olma va dolchinli Cheerios VG beygellari

Dolchinli granola Lucky Charms

Yogurt stakanlari Blueberry Chex

Cinnamon Toast Crunch Froot Loop vaflari

Salsa stakani Nonushta bari

Dushanba	Seshanba	Chorshanba	Payshanba	Juma
Asosiy taom WGR qovurilgan fransuzcha tost tayog'chalari va issiq olma kompoti		Asosiy taom WGR tovuq zarang korndogi	Asosiy taom WGR malinali burama bulochka	Asosiy taom WGR tortillasidagi omlet
Asosiy taom WGR Snack'n Waffle	Asosiy taom Tuxumli tishlamlar va tovuq go'shtli kotlet		Asosiy taom WGR beyglida mol go'shti va pishloq	Asosiy taom WGR aralash rezavorli va qaymoqli pishiriq
Asosiy taom Mahalliy WGR dolchinli burama nondagi tovuq sosiskasi	Asosiy taom WGR pitsa tayog'chalari va marinara sousi	Asosiy taom Brokkoli va cheddarli kartoshka xashbrauni pishirmasi	Asosiy taom Mevali va yogurtli parfe	Asosiy taom WGR nonushta luqmalari
Asosiy taom WGR qovurilgan fransuzcha tost tayog'chalari va issiq olma kompoti	Asosiy taom WGR qiymali nonushta sendvichi	Asosiy taom WGR tovuq zarang korndogi		
Asosiy taom WGR Snack'n Waffle				

Vegetarian taomlar har kuni mavjud	Tarkibida baliq bor
Mahalliy yog'sizlantirilgan va 1%li sut	Tarkibida cho'chqa go'shti bor
Har kuni yangi meva va sabzavotlar	Glyutensiz
	Halol taomlar

Menyularimiz USDA talablariga javob beradi

Menyudagi taomlar o'zgarishi mumkin.



Dushanba	Seshanba	Chorshanba	Payshanba	Juma
2 Asosiy taom WGR Pizzaboli Garnir tanlovlari Panirlangan brokkoli tishlamlari	3	4 Asosiy taom WGR bulochkasidagi baliqli sendvich Garnir tanlovlari Kartoshkali kulgichlar Jo'xori kulchalari	5 Asosiy taom WGR bilan yurma tako Tortilla chipslari Garnir tanlovlari Pishloqli qora loviya Salsa stakani	6 Asosiy taom WGR tovuqli Alfredo Garnir tanlovlari To'g'ralgan sabzi WGR kechki ovqat bulochkasi
9 Asosiy taom WGR panirlangan motsarella tayoqchalari Garnir tanlovlari Yashil loviya aralashmasi	10 Asosiy taom WGR tovuqli sendvich Garnir tanlovlari Shirin jo'xori	11	12 Asosiy taom Filli pishloqli steyk Garnir tanlovlari WGR yoki GF bulochkasi No'xatli salat	BUTUNJAHON MEHR-OQIBAT KUNI 13 Asosiy taom WGR tovuqli chuchvaralari Garnir tanlovlari Qovurilgan soya sarimsoqli brokkoli Rosati italyancha "Nice" stakani
16 Asosiy taom WGR pitsa beygli Garnir tanlovlari Panirlangan brokkoli tishlamlari	17 Asosiy taom Kurka go'shtli xot-dog va kartoshkali kulgichlar Garnir tanlovlari Kichik sabzilar va rench sous	18 Asosiy taom Mol go'shtli kolach Garnir tanlovlari Dimlangan loviya	DO'STLAR BAYRAMI 19 Asosiy taom Kartoshka pyuresi va qayla bilan bo'laklangan kurka go'shti Garnir tanlovlari WGR kechki ovqat bulochkasi Shirin kartoshka parfe	YARIM KUN 20 Asosiy taom Tovuqli nacho dip Garnir tanlovlari WGR tortilla chipslari Kovboy iknasi
23 Asosiy taom WGR pitsa krancherslari Garnir tanlovlari Aralash sabzavotlar Marinara sousi stakani	24 Asosiy taom Frikadelka tayoqchalari va marinara sousi Garnir tanlovlari Qovurilgan brokkoli WGR mini sarimsoq tugunlari	25 Asosiy taom WGR makaron va pishloq Garnir tanlovlari Shirin no'xat Qovoqli pirog parfe	26	27
30 Asosiy taom Morningstar kotleti Garnir tanlovlari WG gamburger bulochkasi Panirlangan brokkoli tishlamlari				
Muqobil asosiy taomlar Pishloqli kesadilya	Muqobil asosiy taomlar PB&J yoki WoWich sendvichi	Muqobil asosiy taomlar Pishloqli tost Pizza Munchables	Muqobil asosiy taomlar Yangi tayyorlangan salat	Muqobil asosiy taomlar PB&J yoki WoWich sendvichi Deli sendvichi

BILASIZMI...

Butunjahon mehr-oqibat kuni muborak bo'lsin! 13-noyabrda iliq taom va iliq qalb doimo birga yuradi degan go'zal g'oyani nishonlaymiz. Bugun bir zum to'xtab, tabassum ulashing, eshikni ochib turing yoki unga muhtoj bo'lgan kimsaga minnatdorchilik bildiring. Mehr-oqibat yuqumlidir, tushlik ustida esa uning lazzati yanada ortadi. Rosati italyancha "Nice" stakani uchun bizga qo'shiling va oshxonaga ozgina qo'shimcha ilqlik tarqatishga yordam bering!



OY HOSILI



Qishki qovoq

Xomligida uziladigan yozgi qovoqlardan farqli o'laroq, qishki qovoq to'liq yetilib, urug'lari pishib yetilgandagina uziladi. Qovoq insoniyatga ma'lum bo'lgan eng qadimgi ekinlardan biri bo'lib, ayrim hisob-kitoblarga ko'ra uning tarixi 10000 yilga borib taqaladi! Ular C va A vitaminlarining ajoyib manbaidir.



Vegetarian taomlar har kuni mavjud



Mahalliy yog'sizlantirilgan va 1%li sut



Har kungi yangi meva va sabzavotlar



Tarkibida baliq bor



Tarkibida cho'chqa go'shti bor



Glyutensiz



Halol taomlar

Menyularimiz USDA talablariga javob beradi

Menyudagi taomlar o'zgarishi mumkin.

