

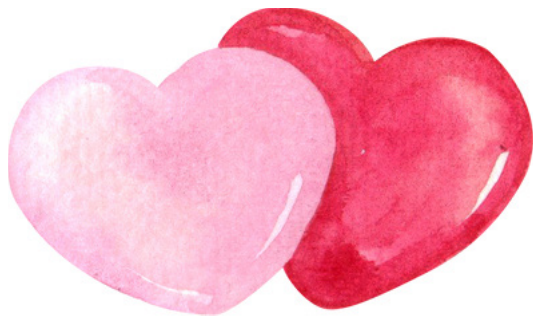
فبراير/شباط

وجبات إفطار المرحلة الابتدائية

الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين
خيارات الإفطار البديلة				
رقائق توست مقرمشة بطعم القرفة أو تشيريوس أو رقائق فروستيد فلكيس ومقرمشات جولد فيش جراهامز أو زيادي دانون كريمي بالتوت أو زيادي بالكرز ومقرمشات جولد فيش جراهامز أو أصابع الخبز المحمص الفرنسي	حبوب تريكس أو حبوب كوكا بفس أو حبوب ميني وايتس وجولدفيش جراهامز أو مخفوق دانون بالفراولة ومقرمشات جولد فيش جراهامز أو تفاق الدجاج وساندويتش وأفل بالفيق	رقائق توست مقرمشة بطعم القرفة أو تشيريوس أو رقائق فروستيد فلكيس ومقرمشات جولد فيش جراهامز أو زيادي دانون كريمي بالتوت أو زيادي بالكرز ومقرمشات جولد فيش جراهامز أو لحم الديك الرومي المطبوخ مع ساندويتش البوكت المحشو بالجبن أو تفاق اللحم البقري أو خبز البايغل بالجبن	حبوب تريكس أو حبوب كوكا بفس أو حبوب ميني وايتس وجولدفيش جراهامز أو مخفوق دانون بالمانجو وجولدفيش جراهامز أو شطيرة فطور التورتيللا الملقوفة بطريقة الجنوب الغربي	رقائق توست مقرمشة بطعم القرفة أو تشيريوس أو رقائق فروستيد فلكيس ومقرمشات جولد فيش جراهامز أو زيادي دانون كريمي بالتوت أو زيادي بالكرز ومقرمشات جولد فيش جراهامز أو بيتزا بالموزاريلا من توني وخبز البايغل بالبيض للفطور
القائمة اليومية المخصصة				
3 أصابع الخبز المقرمش بالقرفة من سينامون توست كرنش تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	2 لغائف بالقرفة من هادلي فارمز برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	1 بسكويت الشوفان برقائق الشوكولاتة والموز تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	31 بسكويت كرانش مانيا بالقرفة من جراهامز برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	30 فطائر صغيرة محلاة بالفيقب تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم
10 فطائر محلاة بالجبن الكريمي والفراولة تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	9 خبز برقائق الشوكولاتة برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	8 كرات الفطور المغطاة بصوص السكر تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	7 خبز اليقطين برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	6 فطائر محلاة صغيرة بالفراولة تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم
17 أصابع الخبز المقرمش بالقرفة من سينامون توست كرنش تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	16 لغائف بالقرفة من هادلي فارمز برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	15 بسكويت الشوفان برقائق الشوكولاتة والموز تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	14 بسكويت كرانش مانيا بالقرفة من جراهامز برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	13 المدرسة مغلقة
24 فطائر محلاة بالجبن الكريمي والفراولة تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	23 خبز برقائق الشوكولاتة برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	22 كرات الفطور المغطاة بصوص السكر تفاق محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	21 خبز اليقطين برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	20 PRESIDENT'S DAY

لاستعراض أحدث قائمة الطعام، والمواد المسببة للحساسية الغذائية، والمعلومات الغذائية، يُرجى زيارة schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS لتضم كل وجبة فطور طبقاً رئيسياً، وفاكهة، وعصيراً، وأحد خيارات الحليب. القائمة تتغير. هذه المنظمة تعمل بمبدأ تكافؤ الفرص.





فبراير/شباط

وجبات إفطار المرحلة الثانوية

الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين
خيارات الأطعمة الجاهزة اليومية				
تشكيلة متنوعة من خبز ومعجنات الفطور • أطباق حبوب الإفطار • بسكويت كرنش مانيا وجولدفيش جراهامز • أصابع جبن الموزاريلا • عصائر السمودي والزبادي				
القائمة اليومية المخصصة				
3	2	1	31	30
أصابع الخبز المحمص الفرنسي تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	نقانق الدجاج وساندويتش وافل برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	فطائر محشوة بلحم الديك الرومي المطبوخ والجبن أو نقانق اللحم البقري أو خبز البايغل بالجبن تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	شطيرة فطور التورتيللا الملفوفة بطريقة الجنوب الغربي برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	بيتزا بالموزاريلا من توني وخبز البايغل بالبيض للفطور تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم
10	9	8	7	6
أصابع الخبز المحمص الفرنسي تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	نقانق الدجاج وساندويتش وافل برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	فطائر محشوة بلحم الديك الرومي المطبوخ والجبن أو نقانق اللحم البقري أو خبز البايغل بالجبن تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	شطيرة فطور التورتيللا الملفوفة بطريقة الجنوب الغربي برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	بيتزا بالموزاريلا من توني وخبز البايغل بالبيض للفطور تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم
17	16	15	14	13
أصابع الخبز المحمص الفرنسي تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	نقانق الدجاج وساندويتش وافل برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	فطائر محشوة بلحم الديك الرومي المطبوخ والجبن أو نقانق اللحم البقري أو خبز البايغل بالجبن تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	شطيرة فطور التورتيللا الملفوفة بطريقة الجنوب الغربي برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	
24	23	22	21	20
أصابع الخبز المحمص الفرنسي تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	نقانق الدجاج وساندويتش وافل برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	فطائر محشوة بلحم الديك الرومي المطبوخ والجبن أو نقانق اللحم البقري أو خبز البايغل بالجبن تفاح محلي عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	شطيرة فطور التورتيللا الملفوفة بطريقة الجنوب الغربي برتقال طازج عصير برتقال طبيعي خالص حليب أبيض أو بالشوكولاتة منزوع الدسم	

يمكن للطلاب في يومي الثلاثاء والخميس الحصول على مشروب موكا بالنعناع مجاناً عند اختيار وجبة فطور كاملة!

لاستعراض أحدث قائمة الطعام، والمواد المسببة للحساسية الغذائية، والمعلومات الغذائية، يُرجى زيارة schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS • القائمة تتغير. • هذه المنظمة تعمل بمبدأ تكافؤ الفرص.



فبراير/شباط

وجبات الغداء للمرحلة الابتدائية

14 فبراير/ شباط
جونى بوبس بثلاثة أنواع من التوت

21 فبراير/شباط
بسكويت يوم الرؤساء

متوفر يوميًا

احصل على وجبتك المخصصة بالكامل من طاولات الإضافات من الخضراوات الطازجة وأرشف التوابل.

الإثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
30 شرائح صدور الدجاج المقرمشة ووافل إيجوبي ساندويتش أنكرستيل بالجبن وقطع البسكويت المملح نقانق صغيرة مغطاة بدقيق الذرة خضراوات مشكلة طبق سلطة جانبي كوب التفاح المهروس البارد	31 رقائق الناتشو باللحم البقري والجبن مع رقائق البطاطس طبق مُجمع بيتزا الجبن قطع الدجاج الصغيرة المقلمة المقرمشة أجنحة الدجاج الحارة والساخنة المخلية من تايسون فاصوليا سوداء من بوش تاكو فيبيستا طبق سلطة جانبي كوب من فاكهة الفراولة	1 أفخاذ الدجاج من تايسون وخبز الذرة سلطة كوب باللحم والمخبوزات الطرية المملحة برجر مشوي بالجبن شرائح البطاطا الصفراء المخبوزة طبق سلطة جانبي كوب من فاكهة الخوخ	2 جبن الكونى بالفلفل الحار مع مقرمشات المحار ساندويتش كلوب بلحم الديك الرومي ساندويتش دجاج مقرمش شطيرة دجاج حار فاصوليا خضراء مطبوخة على الطريقة الجنوبية طبق سلطة جانبي كوب مشكل بفواكه التوت	3 ساندويتش جبن محمص في الفرن ساندويتش أنكرستيل مع الزبادي وجرانولا بيتزا بالجبن أو البيروني حساء طماطم بالكريمة طبق سلطة جانبي شرائح التفاح
6 لحم مسلوق على الهادئ ولفائف الخبز الطرية ساندويتش أنكرستيل بالجبن وقطع البسكويت المملح نقانق صغيرة مغطاة بدقيق الذرة بطاطس مهروسة على الطريقة المنزلية طبق سلطة جانبي كوب التفاح المهروس البارد	7 نقانق صغيرة مع المعكرونة بالجبن طبق مُجمع بيتزا الجبن قطع الدجاج الصغيرة المقلمة المقرمشة أجنحة الدجاج الحارة والساخنة المخلية من تايسون شرائح البطاطا الحلوة المُتبلة طبق سلطة جانبي كوب من فاكهة الفراولة	8 دجاج وأرز صيني من يانجس سلطة كوب باللحم والمخبوزات الطرية المملحة برجر مشوي بالجبن زهيرات بروكلي مطهوه على البخار طبق سلطة جانبي كوب من فاكهة المشمش	9 معكرونة إسباجيتي بصلصة الفلفل الحار ومقرمشات المحار ساندويتش كلوب بلحم الديك الرومي ساندويتش دجاج مقرمش شطيرة دجاج حار خضراوات مشكلة طازجة طبق سلطة جانبي كوب مشكل بفواكه التوت	10 أصابع جبن الموزاريلا وقطع الرافيولي الصغيرة بالجبن ساندويتش أنكرستيل مع الزبادي وجرانولا بيتزا بالجبن أو البيروني فاصوليا خضراء مطبوخة على الطريقة الجنوبية طبق سلطة جانبي شرائح التفاح
13 المدرسة مغلقة	14 رقائق الناتشو باللحم البقري والجبن مع رقائق البطاطس طبق مُجمع بيتزا الجبن قطع الدجاج الصغيرة المقلمة المقرمشة أجنحة الدجاج الحارة والساخنة المخلية من تايسون فاصوليا سوداء من بوش تاكو فيبيستا طبق سلطة جانبي كوب من فاكهة الفراولة جونى بوبس بثلاثة أنواع من التوت	15 أفخاذ الدجاج من تايسون وخبز الذرة سلطة كوب باللحم والمخبوزات الطرية المملحة برجر مشوي بالجبن بطاطس مهروسة مقرمشة على شكل إيموجي طبق سلطة جانبي كوب من فاكهة الخوخ	16 جبن الكونى بالفلفل الحار مع مقرمشات المحار ساندويتش كلوب بلحم الديك الرومي ساندويتش دجاج مقرمش شطيرة دجاج حار حلقات الجزر طبق سلطة جانبي كوب مشكل بفواكه التوت	17 أصابع الخبز بالموزاريلا وصوص المارينارا ساندويتش أنكرستيل مع الزبادي وجرانولا بيتزا بالجبن أو البيروني بازلاء خضراء طبق سلطة جانبي شرائح التفاح
20 HAPPY Presidents Day	21 رقائق التاكو الطرية وصلصة تفاح بالعسل المحلي طبق مُجمع بيتزا الجبن قطع الدجاج الصغيرة المقلمة المقرمشة أجنحة الدجاج الحارة والساخنة المخلية من تايسون فاصوليا سوداء من بوش تاكو فيبيستا طبق سلطة جانبي توت بري مجفف بسكويت يوم الرؤساء	22 دجاج بالباربيكيو مع صوص التريفاقي من يانجس وأرز سلطة كوب باللحم والمخبوزات الطرية المملحة برجر مشوي بالجبن زهيرات بروكلي مطهوه على البخار طبق سلطة جانبي كوب من فاكهة المشمش	23 معكرونة إسباجيتي بصلصة الفلفل الحار ومقرمشات المحار ساندويتش كلوب بلحم الديك الرومي ساندويتش دجاج مقرمش شطيرة دجاج حار خضراوات مشكلة طبق سلطة جانبي كوب مشكل بفواكه التوت	24 شطيرة الفول والجبن من لوس كابوس ساندويتش أنكرستيل مع الزبادي وجرانولا بيتزا بالجبن أو البيروني ذرة حلوة صفراء طبق سلطة جانبي شرائح التفاح

حصاد الأسبوع

30 يناير/كانون الثاني - 3 فبراير/شباط: جريب فروت والكرفس • من 6 إلى 10 فبراير/شباط: الأناناس والقرنبيط • من 13 إلى 17 فبراير/شباط: الكيوي والبازلاء الصغيرة • من 20 إلى 24 فبراير/شباط: موز ومشروم

لاستعراض أحدث قائمة الطعام، والمواد المسببة للحساسية الغذائية، والمعلومات الغذائية، يُرجى زيارة schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS تضم كل وجبة غداء طبقاً رئيسياً، وحببتين من الفاكهة، ونوعين من الخضراوات، واختيار نوع من الحليب. القائمة تتغير. هذه المنظمة تعمل بصدأ تكافؤ الفرص.



فبراير/شباط

وجبات الغداء للمرحلة الثانوية

متوفر يوميًا

احصل على وجبتك المخصصة بالكامل من طاولات الإضافات من الخضراوات الطازجة وأرفف التوابل.

ساندويتش آنكرستيل بدولار واحد

عند اختيار وجبة كاملة، يمكنك شراء ساندويتش سماكرز آنكرستيل بدولار واحد!



الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين
3	2	1	31	30
ساندويتش جبن وسمك مقرمش طبق سلطة اللحم المقدد، والخس، والطماطم الرئيسي ساندويتش راب دجاج بافلو حار ساندويتش دجاج مقرمش بيتزا وايلد مايكس	دجاج وأرز صيني من يانجس سلطة دجاج بافلو الحارة ساندويتش سماكرز آنكرستيل أفخاذ الدجاج الملقوفة على الطريقة المنزلية من تايسون معكرونة بصلصة الفلفل الحار على طريقة سينسيناتي ثلاثة مكونات ساندويتش الجبن بالفلفل الحار	بيتزا بالجبن أو البيروني من وايلد مايكس طبق سلطة التاكو الرئيسي ورقائق التورتيللا من توستيتوس بارفيه الزبادي بالفواكه أجنحة الدجاج من تايسون وخبز الذرة برجر من لحم البقر الصافي برجر حار بالفاصوليا السوداء	زلاية آسيوية بالصوص طبق سلطة رئيسي باللحم من كوب ساندويتش سماكرز آنكرستيل شرائح صدور الدجاج المقرمشة ووافل إيجوجي رقائق التاتشو باللحم البقري والجبن أعد شطيرتك الخاصة	شطيرة من شرائح اللحم بالجبن طبق رئيسي من سلطة بصدور الديك الرومي وجبن الشيدر ساندويتش كلوب ساب شطيرة دجاج حار من تايسون بيتزا وايلد مايكس
10	9	8	7	6
خبز شيباتا بجبن بيبر جاك المذاب طبق سلطة اللحم المقدد، والخس، والطماطم الرئيسي ساندويتش راب دجاج بافلو حار ساندويتش دجاج مقرمش بيتزا وايلد مايكس	دجاج بالباربيكيو مع صوص الترياقمي من يانجس وأرز سلطة دجاج بافلو الحارة ساندويتش سماكرز آنكرستيل أفخاذ الدجاج الملقوفة على الطريقة المنزلية من تايسون معكرونة بصلصة الفلفل الحار على طريقة سينسيناتي ثلاثة مكونات ساندويتش الجبن بالفلفل الحار	بيتزا بالجبن أو البيروني من وايلد مايكس طبق سلطة التاكو الرئيسي ورقائق التورتيللا من توستيتوس بارفيه الزبادي بالفواكه أجنحة الدجاج من تايسون وخبز الذرة برجر من لحم البقر الصافي برجر حار بالفاصوليا السوداء	معكرونة أقلام بكرات لحم الدجاج وصوص أفريديو طبق سلطة رئيسي باللحم من كوب ساندويتش سماكرز آنكرستيل شرائح صدور الدجاج المقرمشة ووافل إيجوجي رقائق التاتشو باللحم البقري والجبن أعد شطيرتك الخاصة	بوريتو كولورادو باللحم البقري المفروم الحار طبق رئيسي من سلطة بصدور الديك الرومي وجبن الشيدر ساندويتش كلوب ساب شطيرة دجاج حار من تايسون بيتزا وايلد مايكس
17	16	15	14	13
ساندويتش جبن وسمك مقرمش طبق سلطة اللحم المقدد، والخس، والطماطم الرئيسي ساندويتش راب دجاج بافلو حار ساندويتش دجاج مقرمش بيتزا وايلد مايكس	دجاج وأرز صيني من يانجس سلطة دجاج بافلو الحارة ساندويتش سماكرز آنكرستيل أفخاذ الدجاج الملقوفة على الطريقة المنزلية من تايسون معكرونة بصلصة الفلفل الحار على طريقة سينسيناتي ثلاثة مكونات ساندويتش الجبن بالفلفل الحار	بيتزا بالجبن أو البيروني من وايلد مايكس طبق سلطة التاكو الرئيسي ورقائق التورتيللا من توستيتوس بارفيه الزبادي بالفواكه أجنحة الدجاج من تايسون وخبز الذرة برجر من لحم البقر الصافي برجر حار بالفاصوليا السوداء	زلاية آسيوية بالصوص طبق سلطة رئيسي باللحم من كوب ساندويتش سماكرز آنكرستيل شرائح صدور الدجاج المقرمشة ووافل إيجوجي رقائق التاتشو باللحم البقري والجبن أعد شطيرتك الخاصة جوني بوبس بثلاثة أنواع من التوت	
24	23	22	21	20
خبز شيباتا بجبن بيبر جاك المذاب طبق سلطة اللحم المقدد، والخس، والطماطم الرئيسي ساندويتش راب دجاج بافلو حار ساندويتش دجاج مقرمش بيتزا وايلد مايكس	دجاج بالباربيكيو مع صوص الترياقمي من يانجس وأرز سلطة دجاج بافلو الحارة ساندويتش سماكرز آنكرستيل أفخاذ الدجاج الملقوفة على الطريقة المنزلية من تايسون معكرونة بصلصة الفلفل الحار على طريقة سينسيناتي ثلاثة مكونات ساندويتش الجبن بالفلفل الحار	بيتزا بالجبن أو البيروني من وايلد مايكس طبق سلطة التاكو الرئيسي ورقائق التورتيللا من توستيتوس بارفيه الزبادي بالفواكه أجنحة الدجاج من تايسون وخبز الذرة برجر من لحم البقر الصافي برجر حار بالفاصوليا السوداء	معكرونة أقلام بكرات لحم الدجاج وصوص أفريديو طبق سلطة رئيسي باللحم من كوب ساندويتش سماكرز آنكرستيل شرائح صدور الدجاج المقرمشة ووافل إيجوجي رقائق التاتشو باللحم البقري والجبن أعد شطيرتك الخاصة	
اختيارات الفواكه والخضراوات اليومية				
شرائح التفاح حساء خضراوات من فريش حساء خضراوات مطبوخة على الطريقة الجنوبية طبق سلطة جانبي	كوب مشكل فواكه التوت شرائح البطاطا الصفراء المخبوزة فاصوليا خضراء مطبوخة على الطريقة الجنوبية طبق سلطة جانبي	كوب من فاكهة الخوخ شرائح البطاطا الحلوة المخبوزة كرفس مقرمش طبق سلطة جانبي	كوب من فاكهة الفراولة زهيرات بروكلي مطهوه على البخار ذرة حلوة صفراء طبق سلطة جانبي	تفاح مهروس بارد بطاطس مقلية مموجة مقرمشة حلقات الجزر طبق سلطة جانبي

حصاد الأسبوع

30 يناير/كانون الثاني - 3 فبراير/شباط: جريب فروت والكرفس • من 6 إلى 10 فبراير/شباط: الأناناس والقريبط • من 13 إلى 17 فبراير/شباط: الكيوي والبازلاء الصغيرة • من 20 إلى 24 فبراير/شباط: موز ومشروم

لاستعراض أحدث قائمة الطعام، والمواد المسببة للحساسية الغذائية، والمعلومات الغذائية، يُرجى زيارة schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS تضم كل وجبة غداء طبقًا رئيسيًا، وحبنتين من الفاكهة، وتوعين من الخضراوات، واختيار نوع من الحليب. القائمة تتغير. هذه المنظمة تعمل بمبدأ تكافؤ الفرص.

