



BREAKFAST

تشرين الأول/أكتوبر 2025

مديرية التعليم في مدينة روتشستر، قائمة الإفطار للمدارس الابتدائية (BIC)

مديرية التعليم في مدينة روتشستر
تقدم عمل متكافئ الفرص، قد تخضع
قائمة الطعام للتغيير في أي وقت.

Monday الاثنين	Tuesday الثلاثاء	Wednesday الأربعاء	Thursday الخميس	Friday الجمعة
		1 حبوب الأرز (تشيكس) بالقرفة مقرمشات سمكة جولدفيش العملاقة بنكهة القرفة	2 حبوب الإفطار المغطاة بالسكر بسكويت غراهام المقرمش بالعلسل	3 وجبة إفطار متنوعة: حبوب إفطار، بار جرانولا، بسكويت مقرمش
6 بار الشوفان بالتفاح و القرقة	7 حبوب الإفطار الذهبية (غراهام) تاكر بايتس (بسكويت مقرمش)	8 حبوب الشوفان بالعلسل مقرمشات سمكة جولدفيش العملاقة بنكهة القرقة	9 حبوب الإفطار تشيريوس بنكهة التفاح و القرقة بسكويت غراهام المقرمش بالعلسل	10 زبادي / لبن بالفانيليا التوت و الرمان بار جرانولا
13 يوم الشعوب الأصلية Indigenous Peoples' Day (جميع المباني مغلقة)	14 حبوب الإفطار المقرمشة بنكهة القرقة تاكر بايتس (بسكويت مقرمش)	15 حبوب الإفطار تشيريوس بنكهة التفاح و القرقة مقرمشات سمكة جولدفيش العملاقة بنكهة القرقة	16 حبوب الشوفان بالعلسل بسكويت غراهام المقرمش بالعلسل	17 وجبة إفطار متنوعة: حبوب إفطار، بار جرانولا، بسكويت مقرمش
20 بار الكاكاو بالكرز	21 حبوب الإفطار الذهبية (غراهام) تاكر بايتس (بسكويت مقرمش)	22 حبوب الإفطار المغطاة بالسكر مقرمشات سمكة جولدفيش العملاقة بنكهة القرقة	23 حبوب الأرز (تشيكس) بالقرقة بسكويت غراهام المقرمش بالعلسل	24 التوت زبادي بالفانيليا مع كوب جرانولا
27 بار رقائق الشوكولاتة و الموز	28 حبوب الإفطار المقرمشة بنكهة القرقة تاكر بايتس (بسكويت مقرمش)	29 حبوب الأرز (تشيكس) بالقرقة مقرمشات سمكة جولدفيش العملاقة بنكهة القرقة	30 حبوب الإفطار المغطاة بالسكر بسكويت غراهام المقرمش بالعلسل	31 وجبة إفطار متنوعة: حبوب إفطار، بار جرانولا، بسكويت مقرمش

المواد المقدمة يومياً:

الخيارات من: الحليب: حليب خالي الدسم، حليب 1% دسم، حليب خالي الدسم بالشوكولاتة،
ساندويتش زبدة بذور عباد الشمس و الجيلي
الفاكهة.