



BREAKFAST

تشرين الأول/أكتوبر 2025

مديرية التعليم في مدينة روتشستر، قائمة الإفطار للمدارس الثانوية

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

خبز مع لحم الديك الرومي،
السجق، الجبن و البيض

2

أعواد الخبز المحمص (التوست
الفرنسي)

3

وجبة إفطار متنوعة: حبوب إفطار،
بار جرانولا، بسكويت مقرمش

6

بار الشوفان بالتفاح و القرفة

7

بيتزا الفطور

8

فطور بوريتو: بيض، سجق، بطاطا
و جبن

9

وافل إيجو فروت لوب

10

زبادي / لبن بالفانيليا
التوت و الرمان
بار جرانولا

13

يوم الشعوب الأصلية
Indigenous Peoples' Day
(جميع المباني مغلقة)

14

فطور خبز البيجل مع جبنة
الموزاريلا و البيض

15

حبوب الإفطار المقرمشة بنكهة
القرفة
بار محشي

16

وجبة خفيفة مكونة من الوافل
بالزبدة و الميبل (القيقب)

17

وجبة إفطار متنوعة: حبوب إفطار،
بار جرانولا، بسكويت مقرمش

20

بار الكاكو بالكرز

21

وجبة إفطار مكونة من سجق الديك
الرومي، البيض و الجبنة

22

بيتزا الفطور

23

فطائر التوت الأزرق الصغيرة

24

التوت
زبادي بالفانيليا مع كوب جرانولا

27

بار رقائق الشوكولاتة و الموز

28

وافل بالقيقب (الميبل) مع شطيرة
سجق الدجاج

29

خبز مع لحم الديك الرومي،
السجق، الجبن و البيض

30

أعواد الخبز المحمص (التوست
الفرنسي)

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،
الفاكهة. مجموعة متنوعة من الحبوب الكاملة. *اللون الأزرق يرمز إلى وجبة جديدة.