

# اپریل 2024

تمام شیر توزیع شده بدون طعم 1% می باشد.

## مینوی هید استارت آدامز کونتی

دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنج شنبه	جمعه
<p><b>1</b> چکس افزایش وزن، سیب های سرخ شده و شیر 1%  <b>پنیر انجیلاداس/w</b> تورتیلای افزایش وزن، سالاد گرم لوبیای سیاه و جواری، چیبیس تورتیلا، انبه و شیر 1%                      تخم مرغ جوشانده با آب و برش های نارنج</p>	<p><b>2</b> مینی شیرینی بلوبری افزایش وزن، توت فرنگی پنیر خامه ای، برش های تازه (نارنج) و شیر 1%  <b>پنیر کبابی w/نان</b> افزایش وزن، سوپ بادنجان، سالاد رومن w/سس زراعتی، آناناس تازه و شیر 1%                      بریده های سیب، کراکر های افزایش وزن Graham/مسکه جلغوزه</p>	<p><b>3</b> نان مافین بلغور جو افزایش وزن، توت فرنگی و شیر 1%                      برنج مرغ سرخ شده افزایش وزن، کلم بروکلی w/سس کنجد آسیایی، کینوی ماندارین و شیر 1%                      زردک و بادرنگ های نوجوان w/سس زراعتی و Wheat Thins های افزایش وزن</p>	<p><b>4</b> پن کیک افزایش وزن، شربت/w، بلوبری و شیر 1%                      WG سس مارکارانی و گوشت (گوشت گاو) افزایش وزن، اسکواش تابستانی تفت داده شده، کیوی تازه و شیر 1%                      کپله، ماست یونانی وانیلی و گرانولای خانگی</p>	<p><b>5</b>  <b>مکتب رخصت است</b></p>
<p><b>8</b> Cheerios افزایش وزن، شفتالو و شیر 1%  <b>لوبیا و Cheese Burrito w</b> تورتیلای افزایش وزن، جواری مکزیکی، سالسا، کیوی تازه و شیر 1%                      برش های پنیر چدار و برش های نارنج</p>	<p><b>9</b> تورتیلای افزایش وزن، تخم میکس شده، پنیر آمریکایی، سالسا، Hash Browns و شیر 1%                      سوپ مرغ w/نودل های افزایش وزن، سالاد پالک، سس زراعتی، لوبیای سبز بخار داده شده و شیر 1%                      ماست یونانی وانیلا، گرانولای خانگی و برش های سیب</p>	<p><b>10</b> نان کپله افزایش وزن، توت فرنگی و شیر 1%                      گوشت گاو اسلایپی جوز، نان افزایش وزن، کچالوی سرخ بریان شده/آناناس تازه و شیر 1%                      زردک های نوجوان و قاچ های مرچ w/سس زراعتی و Goldfish افزایش وزن</p>	<p><b>11</b> وافل های افزایش وزن w/شربت، بلوبری و شیر 1%                      لازانیای گوشت گاو، نان طعم سیر افزایش وزن، سالاد رومن w/سس ایتالیایی، کلم بروکلی بخار پز شده و شیر 1%                      کپله، ماست یونانی وانیلی و گرانولای خانگی</p>	<p><b>12</b> kix افزایش وزن انبه و شیر 1%                      گوشت بوقلمون برش شده پنیر آمریکایی، کراکر های Ritz، زردک های نوجوان w/سس زراعتی، شفتالو و شیر 1%                      Cheddar Golfish افزایش وزن و کینوی ماندارین</p>
<p><b>15</b> Cheerios افزایش وزن و سس سیب دارچین و شیر 1%  <b>Mac &amp; Cheese</b> افزایش وزن/کلم بروکلی بخار پز شده/سس سالاد کلم و شیر 1%                      پنیر رشته ای و برش های نارنج</p>	<p><b>16</b> بسکویت، پتی تخم مرغ، برش های پنیر، Hash Browns و شیر 1%                      کاد لیمو، برنج قهوه ای افزایش وزن، جواری بخار پز شده، سالاد پالک w/سس زراعتی و شیر 1%                      بریده های سیب، کراکر های افزایش وزن Graham/مسکه جلغوزه</p>	<p><b>17</b> نان بلوبری افزایش وزن، توت فرنگی و شیر 1%                      همبرگر، نان همبرگر، کاهو و بادنجان، کچالوی شیرین دارچینی، کیوی تازه و شیر 1%                      زردک های نوجوان و ساقه کرفس w/سس زراعتی و Cheez-Its های افزایش وزن</p>	<p><b>18</b> کباب نان تست فرانسوی، شربت/w، بلوبری و شیر 1%                      مناقصه مرغ خانگی، لوبیای کباب شده، رول های افزایش وزن، سالاد رومن w/سس زراعتی و شیر 1%                      کپله، تورتیلای افزایش وزن و مسکه جلغوزه</p>	<p><b>19</b>  <b>مکتب رخصت است</b></p>
<p><b>22</b> Chex افزایش وزن، ناک و شیر 1%                      گوشت تاکوی مرغ کاهو و بادنجان، پوسته تاکوی قاق، پنیر میده شده، سالسا، لوبیای سرخ شده، انبه و شیر 1%                      قطعه های پنیر و برش های نارنج</p>	<p><b>23</b> مافین انگلیسی افزایش وزن، پتی تخم مرغ، برش های پنیر Hash Browns و شیر 1%                      چیلی مرغ و لوبیای سفید/کراکر های Ritz، سالاد پالک، سس Chipotle، آناناس تازه و شیر 1%                      ماست، گرانولای خانگی، بریده های سیب</p>	<p><b>24</b> نان کپله افزایش وزن، توت فرنگی و شیر 1%                      گوشت بوقلمون و سس کباب/افزایش وزن نان جواری، پوره کچالو و آناناس تازه و شیر 1%                      زردک ها و بادرنگ های نوجوان w/سس زراعتی و کراکر های افزایش وزن</p>	<p><b>25</b>  <b>مکتب رخصت است</b></p>	<p><b>26</b>  <b>مکتب رخصت است</b></p>
<p><b>29</b> چکس افزایش وزن، سیب های سرخ شده و شیر 1%  <b>پنیر انجیلاداس/w</b> تورتیلای افزایش وزن، سالاد گرم لوبیای سیاه و جواری، چیبیس تورتیلا، انبه و شیر 1%                      تخم مرغ جوشانده با آب و برش های نارنج</p>	<p><b>30</b> مینی شیرینی بلوبری افزایش وزن، توت فرنگی پنیر خامه ای، برش های تازه (نارنج) و شیر 1%  <b>پنیر کبابی w/نان</b> افزایش وزن، سوپ بادنجان، سالاد رومن w/سس زراعتی، آناناس تازه و شیر 1%                      بریده های سیب، کراکر های افزایش وزن Graham/مسکه جلغوزه</p>			<p>غذاهایی که به رنگ سبز می باشند شامل لبنیات می باشند                      غذاهایی که دارای سبزه رنگ می باشند شامل تخم مرغ می باشند                      افزایش وزن = غذاهای غلات کامل</p>
