

قوائم وجبات الطعام التي تقدمها مدرسة أبردينشير الابتدائية - بداية من أكتوبر (تشرين الأول) 2022  
الأسبوع 1 - 31 أكتوبر (تشرين الأول)، 28 نوفمبر (تشرين الثاني)، 9 يناير (كانون الثاني)، 6 فبراير (شباط)،  
6 مارس (آذار) 2023



الإثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
حساء العدس ن	حساء المعكرونة بالدجاج	حساء كريمة الجزر ن	حساء الطماطم ن	إسفين الشمام ن
الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي
سمك الحدوق المخبوز بازلاء خضراء ذرة رقائق البطاطا	بيتزا مارغاريتا المنزلية ن عصيات خضر سلطة باستا بين	شريحة لحم الديك الرومي المقرمش فاصولياء مطهوهة ذرة حلوة قطع بطاطا	شطيرة الدجاج شرائح الجزر لفت مهروس بطاطا مهروسة	نقانق لحم الخنزير من جزارتنا تقدم مع بودينغ بوركشاير شرائح جزر بروكلي بطاطا مهروسة
باستا بين وصلصة الطماطم ن بازلاء خضراء ذرة	ستوفيز منزلية الشمندر كيك الشوفان	قطع الجبن ن فول مخبوز ذرة بطاطا مهروسة	طبق بارد موسمي مع الخبز المنزلي يقدم مع صوص للغمس ن	فلافل في خبز التورتيللا مع الحمص والسلطة الجانبية ن
طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء
حساء العدس ن جبنة شيدار في لفة طرية ن تقدم مع السلطة وقطع الخيار	حساء المعكرونة بالدجاج ساندويتش مايونيز التونة يقدم مع السلطة والشمام	حساء كريما الجزر ن ساندويتش البيض بالمايونيز ن يقدم مع السلطة وعصيات الجزر	حساء الطماطم ن شرائح لحم الخنزير في لفة طرية يقدم مع السلطة والأناناس	إسفين الشمام ن ساندويتش شرائح الدجاج الرفيقة يقدم مع السلطة والجزر وعصيات الفلفل الحار
التحلية	التحلية	التحلية	التحلية	التحلية
عصير البرتقال الطبيعي يقدم مع كعكة يوسفى صغير وحليب أو فاكهة طازجة مختارة أو زبيب	فاكهة موسمية طازجة أو الزبيب مع بسكويت شورتبريد والحليب	فاكهة موسمية طازجة أو الزبيب مع الجبنة والبسكويت	آيس كريم الفانيليا يقدم مع فاكهة الغابة أو فاكهة اليوم الطازجة	كعكة الليمون تقدم مع الكاسترد أو الجبنة والبسكويت

يمكن تغيير هذه القوائم دون إشعار وذلك في حال حدوث ظروف غير متوقعة



قوائم وجبات الطعام التي تقدمها مدرسة أبردينشير الابتدائية - بداية من شهر أكتوبر (تشرين الأول) 2022  
الأسبوع 2 - 7 نوفمبر (تشرين الثاني)، 5 ديسمبر (كانون الأول)، 16 يناير (كانون الثاني)، 13 فبراير (شباط)،  
13 مارس (آذار) 2023



الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين
حساء البطاطان	حساء العدس ن	حساء مزيج الخضرن	حساء العدس ن	حساء الطماطم ن
الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي
بيتزا مارجرينا منزلية فول مطبوخ بازلاء خضراء باستا البينا	كاري الدجاج مع الأرز ذي الحبة الطويلة بروكلي الذرة	نقانق لحم الخنزير او بوتشرز أو نقانق كورن ن فول مطبوخ بروكلي بطاطا مهروسة	سمك الحدوق بالبقسماط فول مطبوخ سلطة جانبية بطاطس	برغر بالدجاج في الخبز يقدم اختياريا مع صلصة بي بي كيو أو كاتشب الطماطم ذرة جزر مبشور
فطيرة الكوخ فول مطبوخ بازلاء خضراء	بانين الجبن ن سلطة الذرة	سمك مخبوز سلطة فول مخبوز بطاطا مهروسة	فاهيتا الدجاج أو فاهيتا الخضار المشوي ن سلطة جانبية بازلاء خضراء	باستا بولونيز أو خضر بولونيز ن ذرة جزر مبشور
طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء
حساء البطاطان ملفوف شرائح الدجاج الرفيعة مع السلطة الجانبية وأصابع بيتزا مارجرينا	حساء العدس ن سندويتش لحم الخنزير يقدم مع السلطة وإسفين الشمام	حساء مزيج الخضرن لفة طرية من جبنة شيدار ن يقدم مع السلطة والجزر المبشور	حساء العدس ن ساندويتش البيض والمايونيز يقدم مع السلطة الجانبية وأصابع الجزر والقلقل	حساء الطماطم ن ساندويتش تونة مايونيز تقدم مع السلطة والأناس
التحلية	التحلية	التحلية	التحلية	التحلية
فاكهة اليوم الطازجة أو الزبيب تقدم مع براوني الشوكولاتة والتوت والحليب	فاكهة موسمية طازجة أو الزبيب يقدم مع بسكويت أواتي والحليب	سلطة فواكه طازجة مقدمة مع خيار من الياغورت الطبيعي أو الزبيب والجبن والبسكويت	فاكهة اليوم الطازجة أو الزبيب تقدم مع كعكة الجزر والحليب	قطع الخوخ تقدم مع زبادي التوت أو الزبيب يقدم مع الجبن والبسكويت

يمكن تغيير هذه القوائم دون إشعار وذلك في حال حدوث ظروف غير متوقعة

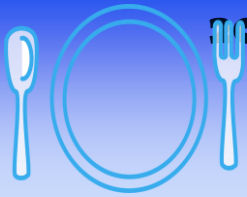
ن = نباتي



قوائم وجبات الطعام التي تقدمها مدرسة أبردينشير الابتدائية - بداية من شهر أكتوبر (تشرين الأول) 2022  
الأسبوع 3 - 14 نوفمبر (تشرين الثاني)، 12 ديسمبر (كانون الأول)، 23 يناير (كانون الثاني)، 20 فبراير  
(شباط)، 20 مارس (آذار) 2023



الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين
إسفين الشامام	حساء مزيج الخضرن	حساء العدس ن	حساء الطماطم ن	حساء المعكرونة بالدجاج
الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي
نقانق في الخبز مع كاتشب الطماطم أو الخروج اختياري سلطة ذرة أقراص بطاطا	دجاج مشوي وبودينغ يوركشاير والميلي شرائح الجزر بازلاء خضراء بطاطا مهروسة	سباغيتي بولونيز مع خبز الثوم بروكلي جزر مبشور	سمك الحدوق المخبوز فول مخبوز بروكلي رقائق البطاطا	معكرونة بالجبن ن جذور الشمندر بازلاء خضراء مكعبات البطاطا
كاري الخضرن يقدم مع الأرز الطويل سلطة ذرة	بطاطس مخبوزة تقدم مع الفول المطبوخ والجبن ن سلطة جانبية بازلاء خضراء	لفة لحم الخنزير مع صلصة بي بي كيو اختياري أو لفة الخضرن المحمصة مع جبن موزاريلا ن سلطة جزر مبشور	نودلز تشاو مين بالدجاج بروكلي ذرة حلوة، وبازلاء أو تشاو مين كورن	كريسبي السلمون جذور الشمندر بازلاء خضراء مكعبات البطاطا
طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء
إسفين الشامام دجاج مقطوع شرائح رفيعة في ملفوف رفيق يقدم مع السلطة والجزر المبشور	حساء مزيج الخضرن سندويتش لحم الخنزير يقدم مع السلطة وإسفين الشامام	حساء العدس ن ملفوف التونا بالمايونيز يقدم مع السلطة والأناناس وأصابع بيتزا مارجريتا	حساء الطماطم ن سندويتش جبن الشيدر يقدم مع السلطة وعصيات الخيار	حساء المعكرونة بالدجاج مرق كريات اللحم تقدم مع السلطة والجزر وعصيات الفلفل الحار
التحلية	التحلية	التحلية	التحلية	التحلية
فاكهة اليوم الطازجة أو الزبيب تقدم مع كعكة إسفنجية وكاسترد	فاكهة موسمية طازجة أو الزبيب يقدم مع كوكي باترسكوتش والحليب	سلطة فواكه تقدم زبادي طبيعي اختياري أو الزبيب مع الجبن والبسكويات	فاكهة موسمية طازجة أو الزبيب مع كوكي الفانيلا والحليب	قطع الخوخ تقدم مع زبادي التوت أو الزبيب يقدم مع الجبن والبسكويات



قوائم وجبات الطعام التي تقدمها مدرسة أبردينشير الابتدائية - بداية من شهر أكتوبر (تشرين الأول) 2022  
الأسبوع 4 - 21 نوفمبر (تشرين الثاني)، 19 ديسمبر (كانون الأول)، 30 يناير (كانون الثاني)، 27  
فبراير (شباط)، 27 مارس (آذار) 2023



الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين
حساء الكراث والبطاطا ن	حساء الجزر والكزبرة ن	حساء الطماطم ن	حساء مزيج الخضرن	حساء العدس ن
الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي	الطبق الرئيسي
كريات لحم الديك الرومي تقدم مع صلصة الطماطم بروكلي ذرة باستا بين	سمك الحدوق بالبقسماط فول مخبوز بازلاء خضراء رقانق البطاطا	شطيرة ستيك منزلية بازلاء خضراء قطع الجزر بطاطا مهروسة	كوجون الدجاج في لفة طورتيلا يقدم مع السلطة والجزر المبشور وأقراص البطاطا	برغر لحم العجل يقدم مع الخبز أو برغر الخضرن يقدم الخبز سلطة ذرة
سمك مخبوز سلطة باستا بين أو باستا بين مع صلصة الطماطم ن	طبق اللحم المقفل المعتدل يقدم مع الرز الطويل أو الخضار المقفل المقدم مع الرز الطويل ن بازلاء خضراء ذرة حلوة	معرونة بالجبنة ن بازلاء خضراء قطع الجزر بطاطا مهروسة	بطاطا مخبوزة مع الفول المخبوز ن سلطة جزر مبشور	كورما الدجاج الأرز ذو الحبة الطويلة سلطة ذرة
طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء	طبق ساندويتش وحساء
حساء الكراث والبطاطا ن لفة لحم الخنزير يقدم مع السلطة وإسفين الشامم التحلية	حساء الجزر والكزبرة ن سندويتش الدجاج يقدم مع السلطة والأناناس التحلية	حساء الطماطم ن لفة تونة بالمايونيز يقدم مع السلطة والفاكهة وقطع الخيار التحلية	حساء مزيج الخضرن مرق كريات اللحم يقدم مع السلطة والجزر المبشور التحلية	حساء العدس ن سندويتش جبنة شيدار ن يقدم مع السلطة والفاكهة وقطع الخضرن التحلية
فاكهة موسمية طازجة أو الزبيب يقدم مع كوكي الشوكولاتة والحليب	فاكهة موسمية طازجة أو الزبيب يقدم مع بسكويت شورتبريد والحليب	طبقة من الفاكهة الطازجة أو الزبيب مع الجبن والبسكويت	شرايح خوخ تقدم مع ايس كريم فانيليا	فاكهة اليوم الطازجة أو الزبيب تقدم مع الجبن والبسكويت