

Farsi (Persian) Language – Primary School Classics Menu April - October 2022

منوی غذای مدرسه ابتدایی به زبان فارسی- از آوریل تا اکتبر ۲۰۲۲

هفته اول	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
شروع هفته: ۲۵ آوریل ۱۶ مه ۱۳ ژوئن ۴ ژوئیه ۲۹ اوت ۱۹ سپتامبر ۱۰ اکتبر	گ.گ. کیش سبزیجات تابستانی با سیبزمینی‌های کوچک * سوسیس خوک، پوره سیبزمینی، سس گریوی همراه با سبزیجات روز یا سالاد	گ.گ. پاستا با سس گوجه فرنگی فیله مرغ کبابی و سیبزمینی خورد شده همراه با سبزیجات روز یا سالاد	گ.گ. پیتزای مارگاریتا ماهی سالمون در لایه ای از پوشش برشته شده همراه با سبزیجات روز یا سالاد و برش‌های چین‌دار کناره سیبزمینی	گ.م. سوسیس گیاهی در نانی از خمیر هزارلا مرغ بریان و استافینگ همراه با سیبزمینی بریان، سبزیجات روز و سس گریوی	گ. تاکوی پر شده از پنیر چدار سامرست و گوجه فرنگی (کیس‌دیا) برش‌های ماهی پخته (فیش فینگر) همراه با سیبزمینی سرخ کرده، سبزیجات روز یا سالاد
هفته دوم	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
شروع هفته: ۲ مه ۲۳ مه ۲۰ ژوئن ۱۱ ژوئیه ۵ سپتامبر ۲۶ سپتامبر ۱۷ اکتبر	گ.م. پاستا بولونی رول سوسیس خوک و پوره سیبزمینی همراه با سبزیجات روز یا سالاد	گ.گ. فاهیتای گیاهی و کونورن ناگت مرغ همراه با سبزیجات روز یا سالاد و برش‌های چین‌دار کناره سیبزمینی	گ.گ. پیتزای مارگاریتا و سیبزمینی خورد شده کاری مرغ و مخلوطی از برنج سفید و قهوه‌ای همراه با سبزیجات روز یا سالاد	گ. نان هزارلای پر شده از کونورن و تره فرنگی برش گوشت گاو و یورکشایر پودینگ همراه با سیبزمینی بریان، سبزیجات روز و سس گریوی	گ. لازانیای سبزیجات ماهی برشته و سیبزمینی سرخ شده همراه با سبزیجات روز یا سالاد
هفته سوم	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
شروع هفته: ۹ مه ۶ ژوئن ۲۷ ژوئن ۱۸ ژوئیه ۱۲ سپتامبر ۳ اکتبر	گ.گ. ماکارونی پنیر دار با پنیر چدار سامرست برگر گوشت گاو با نان برگر و برش‌های کناره سیبزمینی خانگی همراه با سبزیجات روز یا سالاد	گ.م. تکه‌های سبزیجات سرخ شده برشته و سیبزمینی خورد شده اسپاگتی و کوفته‌های بوقلمون همراه با سبزیجات روز یا سالاد	گ.گ. پیتزای مارگاریتا با برش‌های چین‌دار کناره سیبزمینی نارگلی فیله مرغ میوه‌ای کارائیب با برنج همراه با سبزیجات روز یا سالاد	گ. سوسیس گیاهی و یورکشایر پودینگ برش گوشت خوک و یورکشایر پودینگ همراه با سیبزمینی بریان، سبزیجات روز و سس گریوی	گ.م. کاری عدس و سیبزمینی شیرین با برنج سفید و قهوه‌ای برش ماهی پخته (فیش فینگر) و سیبزمینی سرخ شده همراه با سبزیجات روز یا سالاد
اقلامی که به طور روزانه در دسترس است		نان روز (برش نان، نان رول، نان صاف، نان سیردار، یا نان ایتالیایی فوکاچو)، گزینه‌ای از سالادها			
دسرهای جایگزین		میوه تازه، ماست، پنیر و بیسکویت			

گ. = گیاهخوار
گ.م. = گیاهخوار مطلق

