

لائحة الطعام

تاريخ	القائمة 1	بدليل نباتي	القائمة 2 (نباتي)
الاثنين 1 أغسطس	العندس ، مرق البطاطس مع الكراث والجزر (عضوي: البطاطس ، الكراث ، الجزر) ، 7) ، خبز القمح الكامل العضوي (1) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	خسروات ، العندس ، مرق البطاطس مع الكراث والجزر (عضوي: البطاطس ، الكراث ، الجزر) ، 7) ، خبز القمح الكامل العضوي (1) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الثلاثاء 2 أغسطس	شرايح الدجاج الآسيوية مع الكراث وبراعم الفاصوليا وشرايح الفلفل (4.7) والأرز العضوي ؛ خسروات مقرمشة بودنغ الشوكولاتة (3) (حليب عضوي)	شرايح النوفو الآسيوية مع الكراث وبراعم فول الصويا وشرايح الفلفل (التوفو العضوي) (4.7) والأرز العضوي ؛ خسروات مقرمشة بودنغ الشوكولاتة (حليب عضوي) (3)	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الأربعاء 3 أغسطس	بيض مخفوق (حليب عضوي) (2.3) مع سبانخ (عضوي: سبانخ ، كريمة) (3) ، بطاطس عضوية ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	بيض مخفوق (حليب عضوي) (2.3) مع سبانخ (عضوي: سبانخ ، كريمة) (3) ، بطاطس عضوية ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الخميس 4 أغسطس	:سمك السلمون البري في الخليط (1،5:8) ، صلصة الأعشاب (الحليب العضوي) (1،3:7) ، البطاطس المهروسة (العضوية) (البطاطس ، الحليب) (3) ؛ سلطة التفاح والجزر (عضوي: جزر ، تفاح)	بوليت الحنطة الخضراء مع بذر الكتان (الحنطة الخضراء العضوية) (1،2:7) ، صلصة الأعشاب (الحليب العضوي) (البطاطس المهروسة) (العضوية: البطاطس ، الحليب) (3) ؛ سلطة التفاح والجزر (عضوي: جزر ، تفاح)	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الجمعة 5 أغسطس	مكرونة عضوية (1) مع بولونيز (لحم بقرى عضوي) (7) ، جن عضوي مبشور (3) ؛ سلطة أوراق ملونة مع صلصة الزبادي والبرتقال (3) (الزبادي العضوي)	مكرونة عضوية (1) مع بولونيز نباتي (7) ، جن عضوي مبشور (3) ؛ سلطة أوراق ملونة مع صلصة الزبادي والبرتقال (العضوي) (3)	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الاثنين 8 أغسطس	سبيريللي عضوي ملون (1) ، صلصة البشاميل مع الحمص والجزر والثوم المعمر (الحليب العضوي) (1:3) والجن المبشور العضوي ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية (3)	سبيريللي عضوي ملون (1) ، صلصة البشاميل مع الحمص والجزر والثوم المعمر (الحليب العضوي) (1:3) والجن المبشور العضوي ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية (3)	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الثلاثاء 9 أغسطس	كرات الدواجن (1،2) ، أرز عضوي ، صلصة طماطم بابريكا (عضوية: طماطم ، بابريكا) (7) ؛ خسروات عضوية مقرمشة كوارك الكرز (3) (عضوي: كوارك ، حليب ، كرز)	فلافل (كرات الحمص) (1،7) ، أرز عضوي ، صلصة طماطم بابريكا (عضوية: طماطم ، بابريكا) (7) ؛ خسروات عضوية مقرمشة كوارك الكرز (3) كوارك الكرز (عضوي: كوارك ، حليب ، كرز)	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الأربعاء 10 أغسطس	بولوك مخبوز (1،5) ، صلصة البامون (حليب عضوي) (1،3:7) ، أرز طماطم (عضوي: أرز ، طماطم) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	فتيرة الدخن مع السمسم (1،2:10) ، صلصة البامون (الحليب العضوي) (1،3:7) ، أرز الطماطم (عضوي: أرز والطماطم) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الخميس 11 أغسطس	حساء البازلاء وكريمة البطاطس (عضوي: البازلاء والبطاطس والقشدة) (3.7) ؛ الفطائر العضوية (1،2:3) ؛ خسروات عضوية مقرمشة عصير التفاح	حساء البازلاء وكريمة البطاطس (عضوي: البازلاء والبطاطس والقشدة) (3.7) ؛ الفطائر العضوية (1،2:3) ؛ خسروات عضوية مقرمشة عصير التفاح	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الجمعة 12 أغسطس	كوارك طماطم مسمم مع كرات (عضوي: كوارك ، حليب ، طماطم ، كرات) (3،10) ، بطاطس عضوية ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	كوارك طماطم مسمم مع كرات (عضوي: كوارك ، حليب ، طماطم ، كرات) (3،10) ، بطاطس عضوية ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الاثنين 15 أغسطس	سبيريللي عضوي (1) مع كاريوتارا (لحم دواجن) (حليب عضوي) (3.7) ؛ سلطة الطماطم (طماطم عضوية)	سبيريللي عضوي (1) مع صلصة الفطر (فطر عضوي) (حليب عضوي) (3.7) ؛ سلطة الطماطم (طماطم عضوية)	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الثلاثاء 16 أغسطس	سمك فحم مقلي بالطحين (1،5) ، أرز بالأعشاب (أرز عضوي) ، صلصة برتقال (حليب عضوي) (1،3:7) ؛ ملفوف صيني بصلصة الليمون (ملفوف صيني عضوي)	فتيرة نباتية مع بذر الكتان (1،2:7) ، أرز بالأعشاب (أرز عضوي) ، صلصة برتقال (حليب عضوي) (1،3:7) ؛ ملفوف صيني بصلصة الليمون (ملفوف صيني عضوي)	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الأربعاء 17 أغسطس	إسباجيتي عضوي (1) ، صلصة الطماطم بالريحان (طماطم عضوية) (7) ، جن مبشور عضوي (3) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	إسباجيتي عضوي (1) ، صلصة الطماطم بالريحان (طماطم عضوية) (7) ، جن مبشور عضوي (3) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الخميس 18 أغسطس	شريحة لحم ديك رومي (1) ، بطاطا مهروسة (بطاطا عضوية) ، ملفوف ساقوي في صلصة كريمة (كريمة عضوية) (3.7) ؛ خسروات (3) مقرمشة كوارك التوت (عضوي: كوارك ، توت أزرق ، حليب)	إسكالوب الصويا (1،2:4) ، بطاطا مهروسة (بطاطا عضوية) ، ملفوف ساقوي في صلصة الكريمة (كريمة عضوية) (3.7) ؛ خسروات (3) مقرمشة كوارك التوت (عضوي: كوارك ، توت أزرق ، حليب)	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الجمعة 19 أغسطس	بطاطس إكليل الجبل مع خسروات الفرن (بطاطس عضوية) (7) ، صلصة طماطم ساخنة (7) ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية	بطاطس إكليل الجبل مع خسروات الفرن (بطاطس عضوية) (7) ، صلصة طماطم ساخنة (7) ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية	الإجازات: قائمة طعام 1 / بدليل نباتي
الاثنين 22 أغسطس	سبيريللي عضوي (1) ، صلصة طماطم بابريكا (عضوية: طماطم ، بابريكا) (7) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	سبيريللي عضوي (1) ، صلصة طماطم بابريكا (عضوية: طماطم ، بابريكا) (7) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	مقلاة يقطن الكراث بالكومون (عضوي: كراث ، قرع) ، صلصة أعشاب (حليب عضوي) (3.7) ، بطاطس عضوية ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية
الثلاثاء 23 أغسطس	دجاج مقلي مع البازلاء والجزر (كريمة عضوية) (1،3:7) ، أرز عضوي ؛ خسروات مقرمشة زبادي المشمش (عضوي: زبادي (مشمش) 3)	بيض مقلي مع البازلاء والجزر (كريمة عضوية) (1،2:3:7) ، أرز عضوي ؛ خسروات مقرمشة زبادي المشمش (عضوي: زبادي (مشمش) 3)	شيتل الجزر والسمسم (1،2:7:10) ، صلصة الكوسة (كريم عضوي) (3،7) ، أرز عضوي ؛ خسروات مقرمشة زبادي المشمش (عضوي: زبادي ، مشمش) (3) (عضوي: زبادي ، مشمش) (3) (عضوي: زبادي ، مشمش) (3) ؛ الخسار بانفرن مع جن البراعة (الجن العضوي) (3،7) ، أعشاب الصمام (العضوية: الكوارك ، أنجليس) ،
الأربعاء 24 أغسطس	يخنة الفاصوليا مع البطاطا العضوية والجزر ولحم البقر العضوي (7) ، خبز القمح الكامل العضوي (1) ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية	يخنة الفاصوليا مع البطاطس العضوية والجزر والحمص (7) ، خبز القمح الكامل العضوي (1) ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية	خيز كابل عضوي ¹¹ ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية
الخميس 25 أغسطس	راجوت السمك (سمك السلمون) في صلصة الكاري مع الكوسة والبازلاء (الكريمة العضوية) (3،5:7) ، البطاطا العضوية ؛ خسروات (3) مقرمشة كوارك التفاح والقرفة (عضوي: كوارك ، حليب ، تفاح)	صلصة الباذنجان في صلصة الكاري مع الكوسة والبازلاء والسمسم (كريم عضوي) (3،7:10) ، البطاطا العضوية ؛ خسروات مقرمشة كوارك التفاح والقرفة (عضوي: كوارك ، حليب ، تفاح) (3)	فتيرة جن القرنبيط (1،2:3:7) ، صلصة الكركم (كريمة عضوية) (1،3:7) ، أرز عضوي مع جزر مبشور وبنقدونس ؛ خسروات (3) مقرمشة كوارك التفاح والقرفة (عضوي: كوارك ، حليب ، تفاح)
الجمعة 26 أغسطس	مقلاة معكرونة بصلصة الكريمة (عضوية: معكرونة ، كريمة) (1،3:7) ، جرجير وتصدرت بذور عباد الشمس ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية	مقلاة معكرونة بصلصة الكريمة (عضوية: معكرونة ، كريمة) (1،3:7) ، جرجير وتصدرت بذور عباد الشمس ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية	معكرونة عضوية (1) مع بولونيز نباتي (7) ، جن مبشور عضوي (3) ؛ خسروات مقرمشة فواكه عضوية
الاثنين 29 أغسطس	فرقالي عضوي (1) ، صلصة عدس حمراء (خسروات عضوية) (7) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	فرقالي عضوي (1) ، صلصة عدس حمراء (خسروات عضوية) (7) ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية	يخنة الخضار (الخضار العضوية) (7) ، البطاطا العضوية ؛ خسروات عضوية مقرمشة فواكه عضوية
الثلاثاء 30 أغسطس	جولاش ديك رومي مع فطر (فطر عضوي ، كريمة) (3.7) ، بطاطا عضوية ؛ خسروات عضوية مقرمشة زبادي بجوز الهند المبشور (3) (عضوي: لبن ، لبن)	بابريكا جولاش مع الفطر (بابريكا عضوية ، فطر ، كريمة) (3.7) ، بطاطس عضوية ؛ خسروات عضوية مقرمشة زبادي بجوز الهند المبشور (3) (عضوي: لبن ، لبن)	مقلاة الكسكس مع الكوسة والفلفل (عضوي: كسكس ، كوسة ، فلفل) (1،7) ، صلصة كاري (حليب عضوي) (3) ؛ خسروات (3) عضوية مقرمشة زبادي بجوز الهند المبشور (عضوي: لبن ، لبن)
الأربعاء 31 أغسطس	بورشت (كريم عضوي) (3.7) ؛ عصيدة السميد (عضوي: حليب ، سميد) (1.3) ؛ خسروات مقرمشة كومبوت البرقوق المصنوع من الخوخ العضوي	بورشت (كريم عضوي) (3.7) ؛ عصيدة السميد (عضوي: حليب ، سميد) (1.3) ؛ خسروات مقرمشة كومبوت البرقوق المصنوع من الخوخ العضوي	حساء كريمة القرنبيط مع البقدونس المفروم وبذور عباد الشمس (حليب عضوي) (3.7) ؛ الفطائر العضوية (1،2:3) ؛ خسروات مقرمشة كومبوت البرقوق المصنوع من الخوخ العضوي